Antropología de la alimentación

Textos escogidos de Igor de Garine
Selección y presentación de Ricardo Ávila

Colección
Estudios del Hombre
Serie Antropología de la Alimentación

Universidad de Guadalajara

Primera edición, 2016.

D.R. © Universidad de Guadalajara
Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades
Unidad de Apoyo Editorial
Juan Manuel 130, Centro, C.P. 44100
Guadalajara, Jalisco, México
Teléfono y fax: (33) 3658 3085

ISBN 978-607-742-453-6

Ilustración de cubierta: *Tirailleur africain,* escultura en madera de tilo (1944).
Autor: Viatcheslav de Garine, colección Valérie e Igor de Garine.
Fotografía: Ricardo Ávila.

Impreso y hecho en México / *Print and made in Mexico*

Índice

Presentación 9

De la antropología de la alimentación y de Igor de Garine 11
Ricardo Ávila

La dieta y la alimentación de los grupos humanos 31
De la antropología de la alimentación como herramienta de conocimiento 71
Antropología de la alimentación: entre naturaleza y cultura 89
Adaptación biológica y bienestar psicocultural 105
Alimentación, cultura y sociedad 131
Antropología de la alimentación y pluridisciplinariedad 139
Alimentación mediterránea y realidad 151
La bebida en el norte de Camerún: entre los masa y los musei 171
Gordos y hermosos: los masa 189

Fuentes citadas 195
Obras de Igor de Garine 221

Presentación

«A todo se acostumbra uno, menos a no comer». Hay pocas sentencias populares tan exactas y contundentes: salvo si se quiere perecer —o si de plano no se tiene acceso a comida alguna—, nadie en su sano juicio deja de comer. Los alimentos son compañeros inseparables del animal humano, y de hecho de cualquier ser vivo. En nuestro caso, ellos nos acompañan desde la leche materna y las primeras papillas hechas básicamente de cereales —*the cultural super food*—, hasta las diversas viandas que simbólicamente nos acompañan durante nuestro servicio funerario. Los alimentos, pues, y sus muy variadas formas de consumo, están presentes en todo el ciclo vital de los hombres. Constituyen el centro de expresiones biológicas, ecológicas, nutricionales —con efectos sanitarios positivos y negativos—, psicológicas, así como culturales, tanto de índole material como simbólica. La importancia de la alimentación es tal que se halla presente en todos los ámbitos de acción y expresión humanas. Es por esto que Marcel Mauss se refirió a ella como un *hecho cultural total*.

Una de las personalidades que más ha destacado en el campo de la antropología de la alimentación durante los últimos años es sin duda Igor de Garine. Con más de medio siglo de trabajo de terreno en diversos lugares de África, América Latina, Asia, Polinesia y Europa, este etnólogo francés ha forjado, además de sus múltiples reportes y filmes etnográficos, una amplia y profunda reflexión sobre la alimentación del animal humano. Además, creó e impulso la Comisión Internacional de Antropología de la Alimentación, ente científico de la IUEAS.

Los textos selectos de Igor de Garine que conforman este libro se sitúan en la confluencia interactiva de la naturaleza y la cultura; es ahí donde mejor se

aprecia —a decir de él mismo— la complejidad y riqueza del fenómeno alimentario. En el contexto de esa interface, este autor analiza las dietas de los grupos humanos, su adaptación biológica y ecológica, así como el bienestar o malestar psicocultural que éstas les provocan. También trata la cuestión alimentaria desde de la perspectiva de la autenticidad alimentaria —en este caso el de la llamada *dieta mediterránea*— y la de las formas de beber entre los *masa* de Camerún. Asimismo, discute el tema alimentario desde la perspectiva pluridisciplinaria y aborda el de la pesquisa etnográfica desde su perspectiva metodológica.

De la antropología de la alimentación y de Igor de Garine

Ricardo Ávila

> El hombre se comporta como un animal esnob que busca dificultades, tiene manía por paradoja y [...] juega con su adaptabilidad biológica.
>
> I. de Garine

El nombre

Igor de Garine es una de las personalidades más destacadas en el ámbito de la antropología de la alimentación. Nacido francés pero con ascendencia ucraniana, De Garine se doctoró en etnología por la Universidad de París (La Sorbona) en 1962, con una tesis sobre los masa de Camerún. Por más de medio siglo ha realizado trabajo de campo en numerosos lugares de África, América Latina, Asia, Polinesia y Europa, particularmente en las regiones de Bearn y en el País Vasco francés. Asimismo, ha enseñando en varias universidades de Francia, España, Italia y México. Fundó la Comisión Internacional de Antropología de la Alimentación, ente científico de la Unión Internacional de Ciencias Antropológicas y Etnológicas, de la cual es hoy su presidente honorario.

La importancia de la obra científica de De Garine es innegable, y evidente en su extensa bibliografía, la cual se reproduce al final de este volumen. De ella hemos seleccionado nueve textos, los que aquí se reproducen, que permiten hacerse una idea del derrotero científico del etnólogo francés. Ciertos de ellos datan de hace algunos años, pero su actualidad es pertinente, como vigente y complejo es el fenómeno alimentario. Algunos de los argumentos de los textos seleccionados son reiterativos y la prosa de su autor es llana, directa, como los diálogos que se entablan con él. Aun así, hemos creído pertinente acatar su escritura original, para develar de alguna manera el contexto de su elaboración, que siempre gravita en torno a las formas que infatigablemente elabora y recrea el animal humano para alimentarse.

En torno a la antropología de la alimentación

Como lo sugiere el índice, los textos que conforman este libro se sitúan en la confluencia interactiva de la naturaleza y la cultura. Es en ese ámbito donde mejor se aprecia la complejidad y riqueza del fenómeno alimentario. En esa interfase Igor de Garine analiza las dietas de los grupos humanos, su concomitante adaptación biológica y ecológica, así como el bienestar o malestar psicocultural que éstas reproducen. También trata la cuestión alimentaria desde las varias perspectivas que admiten los enfoques antropológicos en cuanto instrumentos de conocimiento. Otros textos tratan la cuestión de la autenticidad alimentaria —en guisa la dieta mediterránea—, el modo de beber de los masa de Camerún, o bien la peculiar institución sociocultural que reivindica la gordura como distintivo de belleza y bienestar social —el *guru*—, también entre los miembros de esa etnia de África.

La alimentación es compañera inseparable del animal humano, desde la lactancia y los víveres que festejan el bautismo, hasta las diversas viandas que acompañan el luto. Las formas alimentarias presentes en todo su ciclo vital forman parte, a la vez, de manifestaciones biológicas, ecológicas, nutricionales —con sus efectos sanitarios, tanto positivos como negativos—, así como culturales, tanto materiales como simbólicas. Se trata, como lo señala nuestro autor, de una interacción entre *psyche* y *soma*:

> La alimentación constituye uno de los pocos terrenos en el que un fenómeno, a la vez relevante para las ciencias biológicas y para las humanas, concierne tanto a la naturaleza como la cultura. El consumo alimentario actúa sobre los niveles de nutrición; éstos afectan al consumo energético y al nivel de las actividades de los individuos que constituyen una sociedad, los que a su vez influyen tanto en la cultura material como en los sistemas simbólicos que la caracterizan […] sin olvidar que estos diferentes términos se encuentran en reciprocidad de perspectiva.

En los debates científicos actuales han caído en desuso los términos de *psyche* y *soma*, que utilizaban los filósofos de tradición griega. Pero siguen teniendo sentido porque abarcan la complejidad que acusa el fenómeno alimentario del *Homo sapiens*, tanto en sus cuerpos como en sus mentes, y expresan también la constante interacción entre fenómenos biológicos y culturales.

Alimentarse en el contexto del grupo genera diversos tipos de lazos, primariamente de tipo afectivo. Esto es evidente desde la lactancia misma y cuando el crío comienza a ingerir otros alimentos —en particular *el pan de cada día* (Passin y Bennett, 1943)—, que es cuando comienza a adquirir consciencia de su entorno, en particular respecto de las relaciones parentales y filiales. Alimentarse en la urdimbre grupal permite conocer y ponderar diversos tipos de alimentos, tanto los que se ingieren en el ámbito profano como en el ritual, o aquellos que funcionan como marcadores sociales, que son los que advierten del estatus social de ciertas personas. Este tipo de alimentos funcionan para todos los estratos, desde los más bajos, como es el caso de los «intocables» del sistema de castas de la India, hasta los más altos, como aquellos que ostentan sellos reales; por ejemplo, los de la Casa Real de Windsor, en Gran Bretaña. Por otra parte, apoyándose en las reflexiones de Pierre Bourdieu sobre *la distinción*, De Garine llama la atención sobre los diversos tipos de comida: las que consumen las clases trabajadoras —que les son imprescindibles y les llenan la panza— y las que efectúan las élites, las cuales distinguen a sus miembros, más allá de su sabor y de la eventual saciedad que provoque a quienes las consumen. En este sentido, nuestro autor se guarda bien de señalar que son muy numerosos y contrastantes los alimentos que se ingieren de una clase social a otra y entre grupos profesionales o de intereses convergentes: no come lo mismo un director de empresa, el jefe de un cadena de montaje, el burócrata de oficina gubernamental, el trabajador eventual o el convertido sectario.

El acto alimentario implica compartir. Se defieren alimentos, comidas y bebidas, pero también símbolos, ideas, prohibiciones. En todas las ocasiones de encuentro, desde las bilaterales hasta las multitudinarias, los hombres comparten, respecto de un alimento específico, imágenes, colores, olores, texturas, sabores y saberes. Éste puede ser una fruta o un platillo elaborado: por ejemplo, el mole poblano de México. Pero tanto en el caso de la fruta como en el del mole poblano, pero sobre todo con éste pues se trata de una receta teóricamente conocida por todos y similar a todas las demás, en la percepción de cada cual, cada versión de ese platillo —o de la fruta misma— es única, pues ha salido de una cocina específica o de un fogón conocido; esos extraordinarios laboratorios de creación y recreación de sabores y delicias. Durante esos mismos encuentros, en los cuales se comparte el pan y la sal o un vaso de cualquier bebida *con espíritu*, se recrean los símbolos y comportamientos que orientan las relaciones

sociales, al tiempo que se profieren y comparten ideas sobre los alimentos o en torno a cualquier otro aspecto de la vida en sociedad. Y es ahí mismo, por supuesto, donde se observan en silencio las prohibiciones alimentarias.

Aceptar la ingesta de ciertos alimentos implica haberse adaptado a ellos. Aunque en dicha adaptación concurren elementos de tipo nutricional que producen cierto tipo de bienestar biológico a quienes los consumen, se trata en estricto sentido de una adaptación cultural, no nutritiva. Es decir, la adaptación alimentaria en el contexto de la cultura propia favorece el bienestar biológico, independientemente de la calidad nutritiva de los alimentos. Al respecto De Garine señala que «los criterios de selección de los alimentos operan dentro de realidades culturales, en ocasiones de difícil definición, pero ineluctables», lo que hace que dicha elección varíe en cierto modo. De esta manera, apunta nuestro autor, «la sobrevivencia del individuo y del grupo está ligada a la satisfacción mínima de la necesidades biológicas», en consecuencia, la sensación de salud física, de satisfacción o de felicidad, está relacionada con una cultura específica. Más aún, la adaptación cultural al medio no sólo propicia salud, satisfacción y felicidad, sino que inclusive entrañaría una especie de «personalidad alimentaria», que estaría sustentada en aspectos psicoculturales. La cuestión, hoy, es que el parámetro generalizado de bienestar —*well being*, y por extensión «capacidad adaptativa«— es el de la llamada «cultura occidental», que lo sustenta en la cantidad de recursos monetarios con que cuente cada cual.

En los tiempos que corren, prácticamente todas las sociedades se hallan monetizadas, en mayor o menor escala, pero no todas cuentan con los mismos recursos; o sea, con el suficiente dinero para comprar cualquier tipo de alimento, sobre todo ahora que el mercado es de alcance global y la oferta alimentaria abundante. Por otra parte, muchas sociedades se encuentran todavía muy ligadas a sus formas tradicionales de organización, lo que implica, en primer lugar, la producción de su sustento. Esto significa, señala De Garine, que la alimentación de las personas que forman parte de esas sociedades se encuentra constreñida por la estacionalidad y los límites de los ecosistemas que habitan; incluso llegan a sufrir las consecuencias catastróficas de las hambrunas. Más todavía: los apremios que experimentan esas sociedades pueden entrañar severas consecuencias biológicas y nutricionales, así como sociales y psicológicas. En la práctica, las sociedades de este tipo están sometidas regularmente a un fenómeno conocido como estrés alimentario, el cual implica que las malas

condiciones productivas del entorno no permiten la obtención de productos culturalmente valorados.

Tanto en las sociedades prósperas como en aquellas que tienen que enfrentar estrecheces, la alimentación que se realice tiene consecuencias nutricionales y socioculturales sobre sus poblaciones. Para bien conocer los alimentos de que se trata y las formas de consumirlos, es necesario percatarse de las cantidades precisas de nutrientes ingeridos en el contexto mismo de la sociedad en curso de estudio, específicamente en relación con su modelo alimentario (Douglas, 2002: 177ss.). Sólo así, plantea De Garine, pueden ser superado el nivel de plausibilidad de correlaciones deducidas y de observaciones generales, como se ha hecho en buena medida con la llamada *dieta mediterránea*; sólo así es posible establecer las relaciones causales precisas sobre el estado alimentario de grupos y sociedades, evitando cualquier velo de sospecha sobre su verdadero nivel nutricional; sólo así es posible establecer el grado de glotonería en una sociedad dada, la cual está ligada a preceptos culturales propios, pero también a parámetros nutricionales; y sólo así se torna evidente la relación estrecha y profunda que existe entre lo que come la gente y sus identidades.

La observancia de las identidades, especialmente las sustentadas en creencias religiosas, pueden tener consecuencias significativas sobre la nutrición y el entorno ambiental, señala el etnólogo francés. La identidad simbólica, étnica y estatutaria, prima muchas veces sobre la conveniencia nutricional. Con todo, pese al cumplimiento y a la manipulación de símbolos, en un contexto tradicional los hombres generalmente logran satisfacer sus necesidades alimentarias. Un ejemplo de tal habilidad es la valoración cultural de la gordura, como la practican los masa del norte de Camerún, según lo ha investigado Igor de Garine. Por medio de una institución peculiar —el *guru*, que son en realidad curas de engordamiento— esos hombres enfrentan simbólicamente la escasez del periodo de crecimiento de su alimento de base, el sorgo, poniendo a engordar, a contrapelo de la escasez, a ciertos jóvenes del grupo. De esa manera, simbólicamente demuestran a propios, pero sobre todo a extraños, su solidez grupal y la «abundancia alimentaria», al hacer engordar a ese puñado de sus núbiles varones de su comunidad cuando escasea la comida. Luego de la cosecha de sorgo todos satisfacen su hambre, aunque antes de ella habían quedado satisfechos, metafóricamente hablando, gracias a la institución del *guru*.

Se ha generalizado la idea de que en las sociedades tradicionales es donde proliferan los símbolos, como si se tratase de formas de «pensamiento primitivo»; y que serían éstos, a su vez, la expresión de cosmovisiones y rudimentos de cierto tipo de preceptos ideológicos, así como el sustento de identidades culturales atávicas. Sin embargo, la producción de símbolos también concierne a las sociedades modernas, y tienen la misma función que en las sociedades tradicionales. Aquí un par de ejemplos relacionados precisamente con las prácticas alimentarias. Durante el siglo XIX, en las sociedades urbanas e industriales de Europa occidental la ideología —y sus símbolos respectivos— jugó un papel central en la orientación de las dietas, sobre todo las de las clases bajas. Fue el caso de la llamada *cocina moral* (Mennell, 1985: 106), que los ideólogos puritanos impulsaron, sobre todo en Gran Bretaña, con el propósito de mejorar las virtudes de la clase obrera, percibida por las élites como miserable y bestial. El segundo ejemplo es el que tuvo lugar en Estados Unidos y luego en buena medida en el ámbito europeo de tradición anglosajona y nórdica, a partir de los años sesenta del siglo pasado. En ese ámbito fue «reinventada» la llamada *dieta mediterránea* —a partir de ciertos prejuicios ideológicos, también puritanos, pero ahora con sello norteamericano—, que en la concepción de sus creadores, era *«optimal and traditional»*. Por supuesto, era también occidental, europea —más precisamente anglosajona— y de ascendencia grecorromana (Fischler, 1996). Estos dos ejemplos, como otros planteados por Igor de Garine a partir de sus acuciosas pesquisas de campo, apoyan la generalización de Augé (1986: 81): «La adquisición de la experiencia se inserta en la lógica simbólica; y es a través de ésta que se produce cualquier acción sobre la realidad material o inmaterial». En este sentido es conclusivo que cualquier modo de alimentarse, tanto en las sociedades tradicionales como en las modernas, tiene una base ideológica y simbólica, cultural.

Una vez confirmado el papel de los símbolos en los comportamientos socioculturales —en tanto que representaciones de *doxa* e ideología—, la cuestión es descifrar si éstos, en términos de los comportamientos alimentarios, responden a las exigencias del mantenimiento de la vida del animal humano, lo que en principio le aseguraría una adaptación biológica adecuada. Sus investigaciones de campo permiten a De Garine concluir que el hombre en general no es sabio para comer, no siempre opta por las mejores posibilidades. En consecuencia, no siempre ha tomado y toma en el presente las mejores decisio-

nes —quizá más bien, al contrario— respecto de la elección de sus alimentos. Dicho de otro modo, no hay una *sabiduría corporal* infusa que lo proteja de sus elecciones y excesos alimentarios. De hecho, apunta el etnólogo francés que la supuesta *sabiduría alimentaria* que permearía a las sociedades tradicionales, de cara a una supuesta explotación racional de su entorno, es una falacia, como sofisma es que del medio escojan los productos nutricionalmente adecuados para satisfacer la *buena dieta* de sus miembros.

En el ámbito alimentario el mito rousseauniano del buen salvaje, que sabe sacar el mejor partido del entorno en el que ha evolucionado, palidece. Pese a ello, este mito, o el de una «Edad de oro» extraviada (Wimmer, 2010), se mantiene bien anclado en el imaginario de mucha gente, incluidos numerosos antropólogos. Y ello se debe, a decir de De Garine, a que hay una suerte de reflejo psicocultural que impele a los viejos a pensar que todo tiempo pasado fue mejor: un paraíso perdido aún identificable y en cierto modo rescatable. De la misma manera, este mito naturalista del buen salvaje ha sobrevivido, entre otros factores, por ciertos textos escritos por algunos etnólogos —varios de ellos de índole autobiográfica, como *Tristes tropiques*, de Lévi-Strauss (1955)—, que de una u otra forma plantean una especie de nostalgia bucólica cuyo actor central es el buen salvaje del ciudadano de Ginebra, al cual —claman no pocos— habría que rescatar.

Más allá los mitos de los pueblos y de las cofradías de profesionales que estudian al hombre, lo que revela el comportamiento del animal humano, señala De Garine, es que las pautas culturales influyen en su fisiología y sobre el modo en que se adaptan al entorno —en numerosas ocasiones de modo extremo—, de tal manera que los resultados de dicha adaptación resultan ambiguos y no sin fuerte carga de sinrazón. Esto explicaría, por supuesto, las numerosas y diversas adaptaciones alimentarias —léase biológicas—, como la institución del *guru* del norte de Camerún, antes mencionada, o la llamada *hambre de carne*, aquélla que torna en aguda y crónica la penuria de proteínas y que sólo es conjurada por medio de la ingesta carnívora.

El encuentro de la racionalidad biológica y ecológica con la racionalidad cultural genera una inflexión que se manifiesta en el modo en que sobrevive un grupo social dado en un nicho ecológico determinado: ahí donde puede satisfacer sus necesidades alimentarias mínimas, pero no sus necesidades nutricionales óptimas. La experiencia muestra que en nichos ecológicos similares,

sociedades disímiles asumirán respuestas alimentarias diferentes. Tales diferencias sólo son explicables a partir de la selección de los recursos alimentarios que realiza un grupo social en el ambiente que habita. Como toda selección, la de los alimentos también resulta arbitraria. Ésta se halla sometida a parámetros culturales, léase tabúes, símbolos o indicios mitológicos, y éstos la determinan de una u otra forma. Dicha arbitrariedad puede ser entendida como una especie de disfunción de la capacidad adaptativa —biológicamente hablando— de la cultura misma. Pero no lo es desde la lógica de la cultura misma —en cuanto funcionalidad etnológica—, dado que en términos ecológicos y tecnológicos revela, paradójicamente, cierta eficacia adaptativa. Por tanto, apunta De Garine, el desfase que existe entre lo valorado en el ámbito de la alimentación —culturalmente hablando, por supuesto— y lo fisiológicamente deseable en el plano nutritivo constituye la originalidad del omnívoro humano, aunque quizás ello mismo entrañe el germen de su extinción.

En la actualidad, en la medida en que las sociedades tradicionales están en franco retroceso y que los procesos productivos, particularmente los alimentarios, se automatizan y masifican crecientemente, la mayor parte de los miembros de nuestra especie requiere de muy poco tiempo para procurarse sus alimentos; prácticamente se limita al tiempo que tardan en adquirirlos en los circuitos comerciales y el que requieren para prepararlos en sus hogares, y esto si acaso, puesto que cada vez más se consume la comida que terceros elaboran, o se ingieren platillos y bocadillos preparados en cadenas productivas industriales. De hecho, la mayor parte de nuestra especie no sólo no produce los alimentos que consume, sino que los deglute en menos tiempo; las pausas para comer y compartir se ajustan más y más. Además, los alimentos acusan un alto grado de estandarización. Pareciera que paulatinamente predomina un tipo de alimentos —el llamado *fast food*— y un modelo crecientemente informal para consumirlos. Empero, señala el etnólogo francés, aunque hay muchos más recursos en las naciones que imponen el liderazgo global sobre los modos de consumo, en particular el alimentario, el tiempo que en ellas se ocupa para comer es poco, pues de lo contrario se puede perder dinero: *time is money*. En consecuencia, poco valor se concede a los aspectos hedonistas propios del ámbito alimentario. Paradójicamente, el ideal estético corporal de esas sociedades es el de la esbeltez y de la juventud eterna, estado *de facto* impracticable en unas sociedades pletóricas de alimentos de calidad dudosa, atiborrados de lípidos y carbohidratos.

Pese a que las desigualdades de acceso a la renta global se agudizan, lo que implica que más y más personas cuenten con menos recursos para comer a la medida de su apetito, e incluso padezcan hambre, existe una fuerte tendencia a creer, sobre todo en los países que han logrado asumir liderazgos de alcance global, como los del llamado *Occidente*, que es posible la uniformización alimentaria: un estándar alimentario que valga para todo el mundo. Esto es así por razones de hegemonía cultural, pero también porque el sistema productivo alimentario de base industrial lo permite, y porque la economía de todo el planeta se entrelaza cada vez más. Con todo, señala De Garine, aunque se está produciendo un amplio predominio del modelo alimentario básico de los países hegemónicos de Occidente —ingerido con rapidez y de calidad ciertamente mediocre—, «los estilos alimentarios locales se mantienen [aún] vivaces y los productos tradicionales continúan elaborándose», aunque cada vez menos.

La cuestión es que, gracias a sus economías de escala y a la calidad anodina de los productos que lo conforman, el modelo alimentario creado e impulsado desde Occidente es relativamente barato en el ámbito económico de esos países, además de que sus constitución básica es simple, ya que se compone de carbohidratos, harinas y lípidos de calidad mediana. Mientras que, gracias a sus modelos alimentarios ancestrales, adecuados a sus entornos específicos, las sociedades tradicionales en general, en diversos lugares del mundo, consiguieron vivir con «buena salud, en equilibrio demográfico y consiguiendo transformaciones físicas adaptadas a su [tipo] de vida». Empero, como los parámetros nutricionales hegemónicos están básicamente elaborados según las concepciones imperantes en las naciones industrializadas, generalmente los regímenes alimentarios de los países llamados subdesarrollados y sus sociedades tradicionales en proceso de desaparición son considerados inadecuados desde el punto de vista de esas mismas normas (Oomen, 1971). La realidad es que las fuerzas del mercado imponen de modo creciente su dominio a escala global, con lo que los modelos alimentarios de las sociedades tradicionales supervivientes, con cientos y miles de años de antigüedad, se deterioran y desaparecen inevitablemente. No es posible, como deseaba Douglas (2002), volver a los regímenes alimentarios tradicionales. De hecho, cada vez más y más miembros de la especie tenderán a la desnutrición y al hambre (Ávila y Tena, 2013).

Las sociedades modernas y avanzadas de Occidente, cuyo modelo organizacional es netamente urbano y se extiende más y más por el mundo entero,

influyen crecientemente en la pautas alimentarias del resto de los países, pero no en forma neutra: con tales pautas se transmiten conductas psicológicas concomitantes, destacadamente el llamado *estrés.* En el ámbito de la alimentación, este fenómeno se presenta, por ejemplo, por medio de comportamientos adaptativos nocivos, como es el caso de la ansiedad o el de la culpabilidad. Y aunque resulta complicado —argumenta Igor de Garine— identificar y establecer con precisión la relación causa-efecto entre los estímulos socioculturales y sus consecuencias fisiológicas, independientemente del estado de su tejido social, en las sociedades urbanas y modernizadas es posible identificar comportamientos alimentarios nocivos ligados al estrés que su dinámica provoca. Así, por ejemplo, esa relación es observable en la contradicción que se establece entre la gula del bocadillo continuo, propio de nuestras sociedades, de cara a la manía por asumir una dieta sana y un cuerpo esbelto, modelo de belleza idealizado en nuestras sociedades. También es observable en el comportamiento paradójico que ocurre entre tratar de mostrar éxito socioeconómico consumiendo alimentos apenas conocidos y asumiendo ciertas pautas alimentarias exóticas, por un lado, y por otro, en cuanto que se persiste en mantener la autenticidad cultural en al ámbito culinario, lo que generalmente es concebido en términos regionales y ligados a una cierta tradición.

La gula es un buen ejemplo para observar las actitudes diferentes que se asumen, de cara a la comida, en las sociedades tradicionales y en las modernas y urbanas. En las primeras la gula tiene lugar en el contexto festivo y se halla claramente establecida y codificada en las pautas culturales pertinentes. Algo similar ocurre en las sociedades urbanas y modernizadas. Sin embargo, en la medida que el estrés es fuerte y constante, y las pautas culturales fragmentadas y atomizadas, la gula se sale de control: se convierte en un picoteo constante que más bien sirve para paliar el estrés y por ende la agresividad potencial. Este comportamiento, aunado a los componentes del modelo alimentario —carbohidratos y lípidos diversos de calidad incierta—, provoca obesidad malsana y sus numerosas consecuencias sanitarias. Aunado a estos males, se desarrolla entre los miembros de esas sociedades una autopercepción denigrante, en tanto que se advierte y se sabe que en ellas se desperdicia mucha energía —particularmente convertida en alimentos—, y se mantiene una sensación de anomia social.

Abstracción hecha de los problemas de obesidad y la nutrición distorsionada propios de las sociedades modernizadas, los varios comportamientos

psicológicos comprendidos en el llamado estrés, que se concatenan con los comportamientos alimentarios, provocan otras patologías, como la anorexia y la bulimia, difícilmente observables en las sociedades tradicionales. Más bien, el inevitable deterioro de éstas, causado sobre todo por su desigual competencia con las sociedades urbanas e industrializadas, ha terminado por causar desnutrición aguda y hambre entre millones de sus miembros. En este punto hay que recordar que numerosas sociedades tradicionales resolvieron históricamente, y mucho antes de los tiempos modernos, sus problemas básicos de nutrición (Pilcher, 2001: 144-150). Con todo, el etnocentrismo de Occidente sigue imponiendo su hegemonía respecto de lo que ahí se consideran estándares nutricionales adecuados; dicho de otro modo, mira la paja en el ojo ajeno… De cara a estas formas alimentarias que terminan por provocar enfermedades degenerativas, apoyándose en Wirsing (1985: 315), De Garine señala que lo que deberían intentar las sociedades modernas occidentales es buscar un estadio donde las enfermedades no sean necesariamente eliminadas, sino mantenidas en un nivel aceptable y a distancia de clínicas y hospitales.

La bebida, tema relacionado con el de la alimentación, es también abordado por el etnólogo francés. Parte de la evidencia de que el agua asegura el bien estar biológico. Pero de inmediato agrega que el alcohol es el otro líquido ampliamente consumido por el animal humano, porque en principio asegura su bienestar social. Empero, si bien es cierto que, como lo señaló Horton (1943: 223) hace décadas, las bebidas alcohólicas en todas las sociedades funcionan como reductores de ansiedad, tal práctica ocurre con marcadas diferencias en las sociedades tradicionales y en las modernas. De modo general, en las primeras el consumo de alcohol es moderado y está sometido a controles puntuales, sirve para establecer la convivialidad y para marcar el estatus. En las sociedades modernas dicho consumo —tanto como el de las drogas— es también practicado para facilitar las relaciones sociales, pero cada vez más como desfogue catártico. A modo de apostilla, De Garine señala que los narcóticos y las drogas en general, incluido el alcohol, se usan y consumen con creciente frenesí en todas las sociedades y en todos sus estratos sociales, y debe ser entendido como una adaptación cultural que permite sobrevivir en una red social que produce, cada vez más, ansiedad y angustia.

Como varios de sus colegas, el etnólogo francés ha observado y reflexionado en torno al consumo de alcohol en la perspectiva de los procesos

de aculturación. Advirtiendo el fenómeno en diferentes latitudes, pero sobre todo entre los masa y los musei que habitan al norte de Camerún, De Garine señala que el incremento de las bebidas con alcohol y el alcoholismo mismo acontecen en dos espacios diferenciados, aunque su origen sea común: por una parte, ocurre cuando miembros de las sociedades tradicionales emigran al ámbito moderno y urbano que desconocen, y en el cual deben a aprender a subsistir, aunque con éxito incierto; por otra, en tanto que la vida en sus comunidades se deteriora debido a que sus pautas socioculturales mutan —más bien en sentido negativo—, de tal manera que se instala entre muchos de sus miembros la desesperanza. En tal escenario de desaliento, y considerando los demás conflictos y tensiones debidos a la acelerada y conflictiva evolución social, De Garine señala la necesidad de desarrollar una «antropología de las situaciones de crisis, del mal vivir», de la mala adaptación a la sociedad urbana y a la vida moderna.

Cuestiones de método

En tanto que agudo observador y estudioso constante del fenómeno humano, así como aplicado y consistente etnógrafo de campo, Igor de Garine ha acumulado una dilatada y reconocida obra que se sostiene en buena medida por su riguroso método de trabajo, tanto en el terreno como en el gabinete. Para él, el trabajo de campo del etnógrafo debe ser prolongado y profundo. Desde el punto de vista de un etnógrafo clásico —digamos— el conglomerado humano a estudiar debe ser en principio étnicamente diferente y su talla de escala comunitaria. Sin embargo, los principios metodológicos del etnógrafo pueden ser igualmente aplicados en el examen de fenómenos de mayor escala, como los que ocurren en el ámbito urbano, como lo es la dinámica del ejercicio del poder en una empresa de alcance global. La clave para comprender ambos contextos —señala— reside en la identificación de los actores centrales, así como los resortes de poder reales. De hecho, el método puede ser trasladado a escala global, pero en tal caso hay que hacerse ayudar de la sociometría y el enfoque estadístico, que permiten observar las tendencias de los fenómenos. Aún así, tanto en las sociedades tradicionales como en las modernas no debe ser obviado el estudio del parentesco, en principio el consanguíneo si el ámbito de estudio es comunitario, pero también el simbólico, que

es el que soporta las alianzas que dan sentido y coherencia a las acciones del grupo. Es importante estudiar el parentesco, dice De Garine, porque hay que saber *quién es quién* en una sociedad dada —especialmente en las tradicionales donde existen numerosas reglas consabidas—, evitando así caer en los intereses de los actores sociales y en las trampas de las relaciones concomitantes.

En las sociedades modernas, pero también en las tradicionales, hay que considerar la perspectiva histórica: independientemente de sus peculiaridades, todas las sociedades revelan su historicidad específica; dicho de otro modo, la etnología es un disciplina histórica, como todas las demás que se ocupan del animal humano y su organización social. Establecido lo anterior y a modo de premisa, el etnólogo francés es enfático: «no se puede hacer buena etnología basándose en datos de segunda o tercera mano», con lo cual expresa una crítica implícita a muchos etnólogos, incluidos algunos franceses, agregando que: «la etnología hay que hacerla con datos fiables, duros»; de otro modo, lo que se escriba estará más cerca del campo de la filosofía. Esto ha propiciado que se diga que la antropología es una suerte de filosofía tardía del *anthropos*.

La clave, pues, reside en penetrar una cultura para lograr conocerla y comprenderla. Pero tal incursión sólo se logra con un trabajo de largo aliento que vaya más allá del informante privilegiado. El etnógrafo agudo debe observar repetidamente todos los hechos sociales y culturales, y debe establecer y comprobar las relaciones e interacciones existentes entre ellos. Con todo, el oficiante de la etnografía no debe perder de vista la imprescindible perspectiva pluridisciplinaria, y debe evitar limitarse al enfoque deductivo, propiciando el inductivo.

En cuanto a la forma de presentar los resultados de pesquisa, De Garine se inclina tanto por la imagen —ha producido más de veinte filmes etnográficos y miles de fotografías— como por la escritura, pues considera a ambas importantes y complementarias. La primera, apunta, es muy importante porque da cuenta del hecho captado, del ambiente en el que ocurre: por ejemplo, la ternura de una madre amamantando a su hijo o la violencia que puede ser desplegada en una confrontación étnica; además, con la imagen se logra una difusión más amplia de cierto tipo información condensada en fotografías. Sin embargo, el discurso escrito da cuenta de muchos más detalles del entramado sociocultural y de su complejidad. En buena medida es un instrumento de comunicación para iniciados, poseedores de un *background* informativo y

conceptual que da acceso a una visión mucho más amplia y aguda de los fenómenos sociales. Cierto que la escritura especializada es exclusiva, pero el hombre no ha encontrado aún —puntualiza el etnólogo francés— un modo más eficaz de sistematizar y mejor difundir el conocimiento. Es así como se difunden las ideas básicas, las que no pasan de moda, suerte de ladrillos que poco a poco elevan el muro del conocimiento.

Por lo que respecta al ámbito de la alimentación, el establecimiento de las correlaciones existentes entre los diferentes tipos de fenómenos «requiere del estudio minucioso, humilde y cuantificado del sistema alimentario y del consumo alimentario en particular». En este caso es muy importante tomar en cuenta la cuestión del conteo de las dietas, no sólo por medio de encuestas, sino comprometiendo una contabilidad rigurosa, como las que se practican en el laboratorio. Empero, estas técnicas no deben hacer abstracción del objeto que se estudia —el animal humano—, hecho que implica realizarlas considerando el entorno en el que éste vive y opera. Además, señala De Garine, el estudio del fenómeno humano no debe olvidar la información pertinente que transita por lo canales de la comunicación oral —mitos en la ocurrencia—, así como las expresiones literarias o las revelaciones oníricas. Por lo demás, las bebidas deben ser consideradas como parte inherente de los sistemas alimentarios, y por tanto deben ser estudiadas sistemática y conjuntamente con las pesquisas sobre la comida; sólo de esta manera es posible comprender las consecuencias de su ingesta en el contexto de una sociedad dada, sean éstas ciertas o encubiertas.

En cuanto a su trabajo de campo, el buen etnógrafo debe ser sensible e intuitivo. Estas características son básicas para construir una buena relación con los informantes, una buena comunicación con *el otro*. El ser sensible e inductivo ocurre en la cabeza del etnógrafo, pero también en el vientre. Se trata, dice De Garine, de la combinación de un par que características que, bien entendidas y puestas en práctica, resultan una vía privilegiada para acercarse al *otro*, para intimar con él. En este sentido, el etnógrafo debe hacerse interesante para el grupo que estudia, sobre todo para sus informantes, para evitar que lo tomen como un desquiciado al que se le puede sacar provecho. De la misma manera, más allá de la observación participante, herramienta de trabajo central del etnógrafo, éste debe comportarse como un sujeto en cierto modo atolondrado, y en ocasiones como un objeto anodino, como una silla que está ahí, sin más, a

la que no se presta atención. En este sentido, el mayor logro de Igor de Garine como etnógrafo, fue haber filmado un sepelio en una comunidad masa con un aparato de video que funcionaba con manivela, sin que nadie se perturbara.

Las cuestiones metodológicas mencionadas se sustentan en generalizaciones teóricas establecidas por una serie de etnólogos y antropólogos, cuyas enseñanzas propiciaron la carrera profesional de Igor de Garine. En este sentido, al primero que habría que mencionar es a André Leroi-Gourhan, quien planteó que la condición para conocer a las sociedades humanas implica partir del enfoque total y completo de su realidad material, para luego avanzar, con ese sustento, hacia los campos abstractos de su cultura. En la medida en que la alimentación es un sistema concreto que concierne de una u otra forma a todas las partes del ámbito social, su propia naturaleza engloba las manifestaciones simbólicas; y por tanto, su examen y comprensión se revelan accesibles. Así, subraya De Garine, el trabajo del antropólogo consiste en «hacer aparecer progresivamente las estructuras profundas e inconscientes que caracterizan a las sociedades y las culturas». Ceñidos, pues, los ámbitos material y simbólico, es posible desplazarse de uno a otro y viceversa, y comprender por tanto las dinámicas socioculturales en su conjunto.

Es tan complejo ese fenómeno que clasificamos como alimentación humana que concierne prácticamente a todos los ámbitos de lo social. Se trata de una serie de actividades que van desde la producción, la circulación y el consumo, hasta las manifestaciones oníricas pertinentes, pasando por el mantenimiento del cuerpo, sus expresiones estéticas y éticas, la comunicación oral, el inconsciente individual, el imaginario colectivo, la literatura y un gran etcétera. Por ello Marcel Mauss (1950) lo calificó como un hecho cultural total. Por tanto hay que abordarlo, apunta De Garine, en forma integral y en perspectiva pluridisciplinaria. No sólo se requiere en primera instancia del concurso de la manera integral de la ecología cultural —A. Richards, L. White, J. Steward, M. Sahlins, M. Harris y demás adeptos a esa escuela—, sino de otros enfoques antropológicos, sociológicos, económicos y políticos, tanto como de los aportes conceptuales y metodológicos de las ciencias de la vida.

El hombre

Igor de Garine se asume como beneficiario de la tradición clásica del pensamiento antropológico, y en ese sentido reconoce, entre otros, a R. Bastide, A. Leroi-Gourhan, C. Dubois, A. Kardiner, R. Linton y M. Mead como antropólogos que inspiraron su trabajo; con todo, no reconoce *maítre* alguno, se declara espíritu independiente.

Antes de inclinarse por la antropología, su pasión fue la naturaleza. Admite que si tuviese la oportunidad de volver a estudiar, le gustaría hacer una carrera de naturalista, a la manera como la practicaron los naturalistas del siglo XIX, «para descubrir *cosas*». Pero dado que no existe como tal una disciplina única que estudie la naturaleza, tendría que hacer estudios que abordasen los fenómenos que ocurren en la conjunción de la naturaleza y la cultura, en donde convergen la biología, la ecología y la antropología, y ahí volvería a encontrarse con el animal humano. La naturaleza, pues, le interesaba —le interesa— pero terminó estudiando etnología. Lo hizo por dos razones: por el exotismo con que Occidente embozaba —y aún lo hace— a los pueblos desconocidos y lejanos, y por la influencia de Paul Rivet, el gran etnólogo francés, fundador del Musée de l'Homme y artífice de la teoría del poblamiento de América por la vía del Estrecho de Bering.

Pero la etnología no alejó a De Garine de la naturaleza —¿quién que se interese en la vida puede hacerlo?—: se mantuvo en torno a ella estudiando a una de sus criaturas más sofisticadas, el *Homo sapiens*. Estudiar a fondo a este animal requiere observarlo con pausa y agudeza, en su ámbito, precisamente. Su observación minuciosa debe cristalizarse en datos fiables a propósito de sus rutinas y comportamientos, para luego, a partir del examen detallado y profundo de éstos, establecer generalizaciones. Pero éstas, insiste, deben realizarse a partir de datos sólidos, obtenidos en el terreno por el etnólogo mismo, evitando hacerlas sobre la base de datos de segunda o tercera mano. De Garine pone el énfasis en esta condición para señalar que algunos antropólogos han construido teorías inusitadas, como la de la binariedad funcional del cerebro, a partir de cuya supuesta función, el hombre percibiría y asumiría la realidad como un conjunto de estructuras abstractas, plenas de oposiciones complementarias, a partir de las cuales habría desarrollado eso que entendemos por *cultura*. En todo caso, puntualiza el etnólogo francés, el comportamiento alimentario del

animal humano no funciona de ese modo. Para De Garine, la cultura no sólo se expresa por medio de estructuras y opuestos, como los colores blanco y negro; se trata de un modelo demasiado rígido y excluyente: entre estos colores contrapuestos se hallan muchos grises, muy numerosos matices que hablan de la rica variedad de las formas culturales creadas por el animal humano. Además, éste echa mano de decisiones arbitrarias más seguido de lo que se cree, decisiones practicadas individual o colectivamente, que pueden cambiar inesperadamente un función, un comportamiento o una representación en la dinámica cultural. Es tan rica, paradójica e inesperada la conducta del *Homo sapiens*, dice De Garine, que seguido se comporta como animal esnob que busca dificultades, que tiene manía por la paradoja y que juega con su adaptabilidad biológica. Una caricatura de esta forma de ser puede ser representada en la siguiente imagen, seguido recordada por Igor, para dar cuenta de la singularidad del hombre: éste intenta copular en una hamaca, pero de pie…

A propósito del dinamismo de las sociedades, De Garine argumenta que no existen las sociedades estancadas, en el sentido de inmóviles. Unas resultan más funcionales que otras y en todos los casos puede ocurrir el brinco del arbitrario cultural, suerte de función potencial inesperada que aparece repentinamente en el contexto de las formas socioculturales establecidas. Así, por ejemplo, existen sociedades tradicionales que se adaptan mejor al mercantilismo de la sociedad moderna, que asumen el cambio con mayor facilidad. La cuestión es que las sociedades tradicionales se transforman; de hecho, están desapareciendo, y cada vez con mayor velocidad. Entonces, argumenta De Garine, si no pueden estudiarse como tales esas sociedades, debido a la mutaciones socioculturales que experimentan, hay que estudiar su desaparición, pues aun desapareciendo dejan numerosos testimonios de su existencia, tanto materiales como inmateriales —a modo de estratos geológicos—, muchos de los cuales funcionan hoy y probablemente lo hagan durante mucho tiempo. Un ejemplo de tales testimonios que hoy funciona es el sistema de adivinación de los masa de Camerún, el cual es utilizado por miembros de esa etnia, e inclusive de otros grupos, pero en el contexto de la estresante sociedad moderna, y con cuyas respuestas aquéllos adquieren cierto grado de seguridad para seguir subsistiendo en ella. Este tipo de dispositivos —como el sistema de adivinación citado—, se revelan de gran utilidad para muchos individuos que deben enfrentar una sociedad, la moderna, cuyos ideales son el control del tiempo (*time is money*), la acumulación de

riqueza (*richness*) y la búsqueda de prestigio (*distinction*). Cada uno de ellos otorga poder en sí mismo, pero la suma de los tres concede mucho poder; y el poder, apunta De Garine, confiere seguridad al animal humano.

Pese a la complejidad y dispersión de la vida moderna que ha construido, el animal humano no ha dejado de ser un mamífero omnívoro destacadamente gregario y no lo dejará de ser pronto. Por ello, pese a la dispersión y aparente caos del sistema social de alcance global que ha edificado, su gregarismo lo sigue impeliendo a formar grupos y símbolos, y a tomar de cuando en cuando decisiones inusuales —arbitrarias— que son palmarias, por ejemplo, en el ámbito de su alimentación. Pareciera que estos grupos —constantes o efímeros, moderados o radicales— se sienten y se encuentran, cada vez, al margen o por encima de un orden social que se percibe caótico, violento, inhumano. Es en tal contexto de anomia donde prospera el radicalismo, la xenofobia y una violencia exacerbada, todos ellos caracteres inherentes a la naturaleza humana.

Sí, la historia muestra que el hombre es una criatura violenta, muy violenta, pero no sólo eso: a diferencia de todas las demás, es sádico, cruel y goza de ello. Y sin embargo, concluye Igor de Garine, no se puede obviar el talento del animal humano, ahí están los prodigios que ha construido…

Referencias bibliográficas

Augé, Marc (1986). «L'Anthropologie de la Maladie». *L'Homme. Anthropologie: état des Lieux*, 26 (97-98): 81-90. París: Navarin/Livre de Poche, pp. 81-90.

Ávila, Ricardo y Martín Tena (2013). «¿Y el futuro de la alimentación de la especie *sapiens*?», en Isabel González Turmo (ed.), *Respuestas alimentarias a la crisis económica*. Sevilla: International Commission on the Anthropology of Food and Nutrition, colección eBooks.

Bourdieu, Pierre (1979). *La Distinction: Critique sociale du jugement*. París: Éditions de Minuit.

Douglas, Mary (2002). «Las estructuras de lo culinario», en Jesús Contreras (coord.), *Alimentación y Cultura: Necesidades, gustos y costumbres*. México: Alfaomega, pp. 171-198.

Fischler, Claude (1996). «El modelo alimentario mediterráneo: mito y/o realidad», en Francisco Xavier Medina (coord.), *La alimentación mediterránea: Historia, cultura, nutrición*. Barcelona: Institut Català de la Mediterrània, pp. 361-376.

Horton, Donald (1943). «The Functions of Alcohol in Primitive Societies. A Cross-cultural Study». *Quarterly Journal of Studies on alcohol*, 4 (2): 199-320.

Lévi-Strauss, Claude (1955). *Tristes Tropiques*. París: Plon.

Mauss, Marcel (1950). *Essai sur le don. Forme et raison de l'echange dans les sociétés archaïques*. París: PUF.

Mennell, Stephen (1985). *All Manners of Food. Eating and Taste in England and France from the Middle Ages to the Present*. Oxford: Blackwell.

Millán, Amado (2012). «GARINE Igor de, né en 1931», en Jean Pierre Poulain (dir.), *Dictionnaire des cultures alimentaires*. París: PUF, pp. 611-614.

Oomen, Henricus Adrianus Petrus Canisius (1971). «Ecology of human nutrition in New Guinea: evaluation of subsitence patterns». *Ecology of Food and Nutrition*, 1 (1): 8-18.

Passin, Herbert y John W. Bennett (1943). «Social process and dietary change». *Bulletin of the National Research Council*, 107: 113-123.

Pilcher, M. Jeffrey (2001). *¡Vivan los tamales! La comida y la construcción de la identidad mexicana*. México: CIESAS/Ediciones de la Reina Roja/Conaculta.

Wimmer, Franz Martin (2010). «Horda primitiva o «Edad de Oro»: Ensayo sobre los albores de la historia humana», en Lothar Knauth y Ricardo Ávila (comps.), *Historia mundial creándose*, colección Estudios del Hombre, 26. Guadalajara: Universidad de Guadalajara, pp. 107-127.

Wirsing, Rolf (1985). «The Health of Traditional Societies and the Effects of Acculturation». *Current Anthropology*, 26 (3): 303-322.

La dieta y la alimentación de los grupos humanos[1]

Introducción

En tanto que la alimentación es una de las necesidades primarias del hombre, la búsqueda de alimentos ocupa gran parte de su tiempo. Sin embargo, durante mucho tiempo no se ha sacado gran ventaja al hecho de que la alimentación es un campo estratégico en el que, como lo podría haber dicho Lévi-Strauss, naturaleza y cultura entran en contacto, y donde biólogos y antropólogos pueden colaborar provechosamente. Se trata de un campo de trabajo en el que los factores culturales no tangibles, como los tabúes alimentarios, pueden tener un efecto material mesurable sobre la situación nutricional y biológica de los individuos a través de su dieta.

La adaptación nutricional de los seres humanos ha proporcionado una buena oportunidad para el diálogo y la confrontación entre aquellos que postulan que la adaptación tiene una base genética, y quienes la atribuyen a cambios culturales que afectan principalmente al fenotipo. Esto lo discuten sociobiólogos y materialistas culturales (Alland, 1970; Harris, 1978, 1980)[2] con los partidarios de enfoques idealistas (Bateson, 1972; Goodenough, 1957), así como con los estructuralistas (Lévi-Strauss, 1964). El campo del comportamiento humano, en cuanto a sus hábitos alimenticios, es inmensamente complejo y difícil de estudiar, y nuestro actual nivel de conocimientos difícilmente permite descifrar los factores motivacionales involucrados, o de cualquier otra categoría. Ciertamente, es demasiado pronto para establecer conclusiones generales. Por

1 Publicado en Ingold, Tim (ed.) (2003). *Companion Encyclopedia of Anthropology*. Canadá: Routledge, pp. 226-264.

2 Las fuentes de referencia se encuentran al final de los textos.

lo tanto, podría ser más prudente adoptar una posición intermedia, ecléctica, entre las teorías materialistas e idealistas[3] de la cultura. Así lo sugiere Keesing, quien expone que:

> concebir la cultura como un subsistema de ideas dentro de un sistema biológico, social y simbólico, sumamente complejo, reduciendo nuestros modelos abstractos a particularidades concretas de la vida social humana, debería posibilitar una dialéctica continua que produzca una comprensión más profunda [que nos guíe para] plantear preguntas estratégicas y para notar conexiones que de otra manera habrían pasado desapercibidas (1981: 51).

Prehistoria

Los datos más antiguos sobre la dieta de los homínidos a los que podemos acceder provienen de la Cuenca del Lago Rudolph[4] y del Valle de Omo, en Kenia y Etiopía. El estudio de la formación geológica Koobi Fora en los sedimentos de la costa oriental del Lago Rudolph sugiere que hace más o menos 2.5 millones de años los homínidos ya se dedicaban a la manufactura y uso de herramientas, a la cacería y al consumo de carne, y —presuntamente— que operaban fuera de su área de confort, transportando comida para ser compartida (Isaac *et al.,* 1976: 548). Sitios primitivos para la matanza de animales muestran una variedad de presas: diversas especies de antílopes, cerdos, jirafas y puercoespines, así como huesos de animales voluminosos, como el hipopótamo. De igual manera, en el sitio de Olduvai, que es similar, los coprolitos muestran restos de ratones, ardillas, aves pequeñas y lagartijas, que resultan ser los mismos tipos de animales que recogen los cazadores-recolectores contemporáneos. Los restos de homínidos pertenecen en ambos casos al género *Australopithecus* (*africanas* y *boisei*), fechados aproximadamente hace 2.5 millones de años; así como al *Homo habilis* y *Homo erectus,* de alrededor de 1.1 millones de años (Coppens *et al.,* 1976: 530;

3 En el original, *ideational.* Este término refiere al ámbito de las ideas en general, más que al de los ideales. En este caso el texto habla de las varias teorías de la cultura, de las ideas es una de ellas.

4 Ahora conocido como Lago Turkana (N. del T.).

Tobias, 2003). En otros sitios, como Zhoukoudian, China, la coexistencia de géneros similares sugiere la probabilidad de canibalismo.

La dentición de los homínidos, un poco o casi nada especializada, no permite determinar si su dieta era mayormente vegetariana o carnívora. A pesar de que en los sitios arqueológicos de Koobi Fora también podemos encontrar fósiles de hojas, probablemente *Ficus*, no tenemos pruebas confiables de que en un período anterior a 10 000 años, la dieta de los humanos fuera vegetariana. El fuego, usado probablemente para cocinar, era ya conocido desde fechas muy anteriores, medio millón de años, en Vértesszöllös, Hungría (Vértes, 1975). Que los restos animales se conserven mejor no debe enmascarar el hecho de que, al igual que entre los cazadores contemporáneos, la mayor parte de la ingesta alimentaria probablemente provenía de las plantas, excepto durante los periodos glaciales.

Primates no humanos

Los antropólogos con orientaciones ecologistas (Lee y DeVore, 1968; Vayda, 1969) han establecido un dialogo con los primatólogos (Washburn y DeVore, 1961; Isaac, 1971; Teleki, 1974; Harding, 1975), comparando algunos de los forrajeadores más «primitivos», como el *¡kung san* y el *hadza*, con los simios más «humanos». La mayor parte de las observaciones se basan en el chimpancé, en el que se encuentran las más notables similitudes con los seres humanos. Las adaptaciones del comportamiento para la cacería, el uso de herramientas, el consumo de carne y compartir el alimento son los aspectos más destacados usualmente, ya que sugieren el inicio de lo que parece ser una cultura (Van Lawick-Goodall, 1968; Teleki, 1973a, 1974, 1975; Suzuki, 1965, 1975). Es común entre los chimpancés que la cacería tenga lugar después de periodos prolongados en los que se alimentan de materia vegetal. Esto sugiere que, además de su interés nutricional, la cacería puede tener una función social en la que se muestran relaciones de colaboración. De manera similar, compartir la carne establece relaciones temporales entre el cazador exitoso y los otros miembros del grupo; estas relaciones temporales giran en torno al consumo y se manifiestan en la interacción de los individuos cuando piden u ofrecen comida. Lo anterior, que puede considerarse como un precursor de los «buenos modales en la mesa», refiere a la formación paulatina de una organización social (Teleki,

1973a, 1973b, 1975; Hladik, 1973; Wrangham, 1977). La observación de los chimpancés no alcanza a demostrar algún tráfico de comida entre los grupos, lo que es una notable característica del humano en su comportamiento alimentario (Nishida y Kawanaka, 1972; Mizuno *et al.,* 1976). A diferencia de los primates no humanos, los seres humanos no practican un estilo de vida «de la mano a la boca». No consumen comidas simples sino más bien platillos elaborados, a horas y en sitios ajenos a los de la obtención de los ingredientes.

El aprendizaje de nuevos hábitos en la comida, ejemplificado por la «conducta de lavado de las papas» (Kawai, 1965), observado en condiciones seminaturales entre macacos japoneses, y las diferencias en los hábitos para comer entre grupos de simios en libertad, parecen ambas notablemente «humanas». No todos los grupos de chimpancés utilizan piedras para romper las nueces de *Coula edulis* y *Panda oleosa* (Teleki, 1974; Hladik, 1976: 487). En Gabón y en Gombe (Tanzania) éstos no consumen las mismas especies de insectos a pesar de que ellos se encuentran en ambas áreas. Los chimpancés utilizan un alimento fibroso, vegetal, para masticarlo con insectos, que en Gabón consiste en corteza pelada, y en Gombe, en hojas ásperas. La combinación de sabrosos insectos y materia vegetal voluminosa evoca a otra que es también común en las dietas humanas: una salsa sabrosa o condimentos, incluyendo proteínas animales para acompañar un alimento básico de carbohidratos con almidones. No obstante que los datos sobre los primates no humanos pueden ser utilizados para construir modelos sobre la evolución del consumo de la comida humana y prácticas de subsistencia, debemos considerar que tales modelos son demasiado especulativos debido a la falta de datos de apoyo sustentados en fuentes arqueológicas (Isaac, 1971).

Especificidad de las conductas de alimentación humana

Más que cualquier otra especie animal, a los seres humanos les resulta posible ajustar sus prácticas de subsistencia a diferentes condiciones ambientales. Su notable adaptabilidad biológica como animales omnívoros y la tecnología que han inventado como seres sociales dotados de una cultura les permite vivir tanto en el Ártico como en los desiertos tropicales. Ninguna otra especie se enfrenta al problema de satisfacer sus necesidades nutricionales bajo tal diversidad de condiciones ambientales. En la medida en la que les sea posible satisfacer un mí-

nimo de necesidades nutricionales (obtener, por ejemplo, de 12 a 15 por ciento de su ingesta de calorías a partir de fuentes proteínicas), pueden prosperar a base de carne y grasa como los inuit o, por el contrario, consumir principalmente carbohidratos, como muchos agricultores de África o de Nueva Guinea.

Tenemos una idea general de los requerimientos nutricionales de los seres humanos, pero las acaloradas discusiones que tienen lugar durante la periódica revisión de dichos estándares por parte de un comité conjunto de expertos internacionales (FAO/OMS/UNU, 1985) sugieren que no nos hemos puesto completamente de acuerdo en cuanto al rango de la adaptabilidad nutricional humana, de tal manera que algunas poblaciones parecen subsistir a base de dietas que parecen bastante aberrantes cuando se comparan con los estándares de nutrición oficiales. Éste es el caso de las poblaciones del interior de Nueva Guinea que cultivan tubérculos (especialmente camotes o papas dulces) como su alimento básico, aparentemente con poco daño biológico, a pesar de que en esta dieta es notable la carencia de proteínas animales (Hipsley y Kirk, 1965; Oomen y Corden, 1970; Ferro-Luzzi *et al.,* 1975; Fujita *et al.,* 1986). Las cifras oficiales relativas a los requerimientos de energías y proteínas del «individuo de referencia» (macho adulto con 65 kilogramos de peso, moderadamente activo en un clima templado) han sido notablemente ajustados. Los requerimientos sugeridos de calorías han disminuido de 3 200 kcal en 1975, a 2 780 en 1985, y los requerimientos de proteínas de 46.5 g en 1965 a 37.5 g en 1985 (FAO/WHO, 1965, 1973, 1974; FAO/OMS/UNU, 1985).

La variedad de dietas consumidas por poblaciones contemporáneas es tan amplia, que es difícil creer que las cifras disponibles se refieren, todas, a una sola especie (cuadros 1 y 2). Es obvio, no obstante, que los factores ambientales locales imponen demandas particulares al funcionamiento corporal, y que lo adecuado de una dieta en cuanto a la satisfacción de los requerimientos nutricionales básicos, sólo puede ser juzgado con relación a esas mismas demandas. Por ejemplo, las características topográficas condicionan la energía necesaria para moverse en el entorno, mientras que el clima y la altura sobre el nivel del mar influyen en el índice de metabolismo basal y en el número de calorías consumidas en la termorregulación y la respiración.

Cuadro 1. Valor nutricional de dietas en diferentes regiones del mundo (promedios diarios)

Grupos y lugares	*Kilocalorías*	*Total proteínas (g)*	*Proteínas animales (g)*	*Carbohidratos (g)*	*Grasas (g)*
		*Inuit** (a)			
Isla Barter (invierno)	3 800.0	160.0	160.0	418.0	164.0
Isla Barter (verano)	3 170.0	157.0	157.0	380.0	176.0
Paso Anaktuvuk (verano)	4 650.0	199.0	199.0	357.0	257.0
		*Nueva Guinea**			
Waropen (Nubuai) (b): costa	1 460.0	9.0	7.0	347.0	?
Chimbu (Pari) (b): montaña	1 900.0	20.0	0	0	?
Kaul (c): costa	1 944.0	36.9	9.1	366.0	39.0
Lufa (c): montaña	2 523.0	47.1	9.5	529.0	29.0
		*África***			
!Kung San (d)	2 140.0	93.1	32.1	337.0	?
Evodula, Camerún (e): bosque	1 634.0	40.1	11.0	251.0	53.7
Batouri, Camerún (e): bosque	1 611.0	31.0	10.0	336.0	16.0
Douala, Camerún (e): bosque	1 719.0	54.5	31.0	245.0	56.7
Khombole, Senegal (e): sabana	2 028.0	62.8	20.2	299.0	75.6
Cabrais, Togo (e): sabana	1 797.0	55.4	3.2	332.0	36.0
Golompoui, Camerún (e): sabana	2 220.0	85.1	13.1	408.0	28.0
Masa, Camerún (f): sabana	2 544.0	97.0	37.0	507.0	30.0
Chiga, Uganda (e): montaña	2 051.0	102.0	0.2	398.0	12.5
		Nepal			
Tamang (g): montaña	1 845.0	50.0	3.0	392.0	17.0
		Francia Rural (h)			
N. Brittany: clima oceánico	3 980.0	111.0	51	486.0	133.5
Adour: clima oceánico del sur	3 220.0	108.2	51.2	443.0	107.5
Gard: clima mediterráneo	2 690.0	88	40.0	358.0	73.0

Notas: *Las siguientes cifras se refieren a machos adultos. **Las siguientes cifras se refieren la promedio general.
Fuentes: (a) Rodahl (1964); (b) Oomen (1971); (c) Norgan *et al.* (1974); (d) Lee (1969); (e) Périssé (1966); (f) Garine y Koppert (1988); (g) Trémolières *et al.* (1952).

Cuadro 2. Dietas diarias promedio de poblaciones vecinas en áreas de sabana y bosque lluvioso de Camerún (simplificadas)

	Sabana		*Bosque lluvioso*		
	Agricultores Musei (g)	*Agricultores/ pastores/ pescadores Masa (g)*	*Agricultores Mvae (g)*	*Pescadores de mar Yassa (g)*	*Pastores-Recolectores Pigmeos Bakola (g)*
Carne	14	11	201	26	288
Pescado	51	162	45	220	19
Leche	0	47	0	0	0
Cereales	421	638	0	0	0
Tubérculos	0	3	713	789	770
Vegetales de hoja	40	44	76	7	20
Legumbres y semillas	122	23	83	30	10

Fuentes: Hladik *et al.* (1990); Garine y Koppert (1988); Garine (1980)

Comida, biología y cultura

El comportamiento en la alimentación humana tiene sus raíces en la biología. Éstas son reacciones universales —innatas— a los sabores en el recién nacido: positivas para el azúcar, negativas para los sabores amargos (Steiner, 1977). Éstas últimas pueden ser rastreadas en el tiempo, hasta la remota adaptación genética de los homínidos que consumían productos vegetales silvestres, quienes podrían haber sido advertidos de los contenidos de alcaloides tóxicos por el sabor amargo de las plantas. Rozin y Fallon (1980, 1987) aclaran el punto cuando distinguen entre desagrado, que corresponde a un rechazo sensorial, y disgusto que correspondería a una repulsa con bases cognitivas. Los humanos son seres sociales y sus hábitos adecuados para comer se establecen durante los primeros meses de vida, se les enseña a comer y a disfrutar lo que normalmente consumen los otros miembros del grupo. Guthe y Mead (1945: 13) enfatizaron la influencia de la cultura cuando definieron los hábitos para comer como «las maneras en las que individuos o grupos de individuos, en respuesta a las presiones culturales y sociales, eligen, consumen y utilizan porciones del suministro de alimentos disponible».

Cultura material

Actividades del procesamiento de alimentos

La comida y la nutrición de un grupo humano depende, obviamente, de los recursos de comida disponibles en su entorno y de los medios materiales disponibles para explotarlos. No obstante, el nicho humano está significativamente extendido por la movilidad de individuos y grupos y por la circulación de alimentos intercambiables.

Sin embargo, la búsqueda de comida y su consumo son críticas para todas las sociedades humanas, lo que ha llevado a algunos analistas a asignar prioridad a esos «procesos infraestructurales» en la caracterización de sociedades de diferentes tipos (Harris y Ross, 1987: 5). Se ha establecido una convención: distinguir entre sociedades cazadoras y recolectoras, pastoriles, y agrícolas, al colocarlas en una secuencia evolutiva. Sin embargo, esta tipología requiere ser afinada, ya que la mayoría de las sociedades practican un modo de subsistencia mixto, más que uno exclusivo y, en algunos casos, sociedades que alguna vez practicaron la agricultura, como los indios *cheyenne* de las planicies del suroeste americano (Will y Hyde, 1917), se devolvieron a la práctica de la cacería y la recolección.

Caza y recolección

La caza y recolección es el primer tipo de actividad de obtención de comida, que probablemente se remonta hasta los homínidos, hace 2.5 millones de años. Debido a razones teóricas, los cazadores-recolectores contemporáneos han suscitado el interés de muchos antropólogos. En particular, después del afamado simposio «El Hombre Cazador», de 1966 (Lee y DeVore, 1968), se popularizó una especie de estereotipo rousseauniano para el recolector altruista, en oposición al cultivador-acaparador: el primero lograba un uso óptimo de los recursos que él o ella encontraban en su entorno ambiental y gozaba de una buena dieta, en tanto que invertía, comparativamente, poco tiempo en hacerse de ella (Sahlins, 1972). Ha sido hasta tiempos recientes que los cazadores-recolectores parecieron encajar razonablemente bien en esta imagen. Los !kung san del desierto de Kalahari, en Botsuana, tienen acceso a abundantes animales de presa

y, durante seis meses de cada año, pueden recolectar las muy nutritivas nueces mongongo (*Ricinodendron rautanenii*) y otros vegetales como alimento básico (Lee, 1973). Las tribus amerindias de Colombia Británica, conocidas por sus extravagantes actividades de intercambio ceremonial, habitaron en áreas tan ricas en peces y animales de presa que podían vivir una vida casi sedentaria. En contraste, las poblaciones del suroeste de Estados Unidos, como los *shoshones*, tuvieron más problemas: muy poca proteína animal disponible y dependían de la recolección de bellotas y piñones. En el caso de los pigmeos africanos existe hoy cierta controversia (Hart y Hart, 1986; Headland, 1987) en cuanto a si podrían sobrevivir durante un ciclo completo anual en su entorno ambiental de bosque lluvioso sin la ayuda de las aldeas agrícolas vecinas, considerando la falta estacional de comida. Los cazadores-recolectores viven usualmente una vida nómada, moviéndose de acuerdo a la disponibilidad de alimentos y permitiendo a las especies animales recuperarse después de haber sido mermadas por la caza. Practican poco el almacenamiento, pero aun así se les acredita una vida más segura que la de los cultivadores. Se dice que ellos disfrutan del entorno natural mismo, como si fuera su tienda de alimentos (Sahlins, 1972; Testart, 1988). Pero no es una tienda de la cual se pueda depender siempre. Por ejemplo, en 1950, los inuit del noroeste de Canadá casi murieron de hambre, como resultado de la alteración de la ruta migratoria del caribú, su fuente principal de alimentación, y sólo se salvaron gracias a la pronta intervención del gobierno canadiense (Scrimshaw y Young, 1976: 51).

Los datos sobre el consumo de alimentos entre los cazadores-recolectores carecen de precisión, ofreciendo sólo niveles aproximados de consumo per cápita. Además, están basados en muestreos muy pequeños. Acusan diferencias significativas entre poblaciones y, dentro de éstas, entre subgrupos (por ejemplo entre !kung y gwi san, y entre bakola, biaka, twa y pigmeos efe). No obstante, sobresalen algunas tendencias. En la mayoría de los casos (excepto en el Ártico) los comestibles vegetales proporcionan el grueso de la dieta, en tanto que las proteínas animales (principalmente carne), representan de 20 a 45 por ciento del total de la ingesta energética. Las variaciones estacionales se notan en todas partes, aunque no parecen tener mucha influencia en la situación general de la nutrición. Los cazadores y recolectores enfrentan la falta de certeza del suministro de comida instituyendo un sistema de compartición que permite a los individuos poco exitosos recibir una porción del acopio de alimentos. Por

ejemplo, los pigmeos aka no pueden comer la carne de su propia caza, pero pueden participar de la presa cazada por sus compañeros (Bahuchet, 1985).

La obtención de los ingredientes necesarios para cocinar una comida implica una división del trabajo y la colaboración entre sexos. Las mujeres recolectan vegetales y animales pequeños en áreas cercanas a su campamento mientras que los hombres generalmente toman a su cargo la caza y las actividades de recolección más peligrosas, como la de la miel. El profundo y extenso conocimiento que los cazadores y recolectores tienen sobre las plantas y animales de su entorno ha sido muy bien documentado, lo cual no significa, sin embargo, que todas las especies conocidas y potencialmente comestibles sean consumidas en la práctica. Así, y de acuerdo con Lee (1969: 59), los !kung san nombran 200 plantas y 220 animales, de los cuales consideran comestibles 85 en la primera categoría y 55 en la segunda. De cualquier manera, la ingesta diaria de energía se deriva de nueve especies vegetales, entre las cuales la nuez mongongo es, por mucho, la que se consume corrientemente (Lee, 1973). Observaciones similares han sido realizadas entre muchos otros grupos. Ciertamente, dadas las capacidades omnívoras de los seres humanos, es notable el grado de selectividad que ejercitan a la hora de elegir su comida.

La forma de vida de los recolectores depende de una amplia disponibilidad de tierras, libertad de movimiento y un bajo nivel de presión demográfica. Hoy en día los cazadores-recolectores están eclipsando o viéndose forzados a adoptar un tipo mixto de economía de subsistencia; pueden estar desapareciendo, pero no su oficio, ya que es practicado entre la mayoría de la poblaciones agrícolas. Las verduras son recolectadas diariamente en los bosques para enriquecer sabrosas plantas cultivadas, y tanto frutas como bayas son consumidas fuera de casa. Recurrir a alimentos del bosque o selva parece ser una muy eficiente manera de enfrentar la hambruna. En sociedades opulentas, la cacería es un lujo: la carne de caza, los hongos e incluso los caracoles y las ranas son manjares apreciados, ¡no sólo en Francia!

Pesca

El sistema de alimentación de los pescadores es muy similar al de los cazadores-recolectores, excepto por el hecho de que la recolección sucede en un entorno acuático en lugar de uno terrestre. Sin embargo, el pescado no es más básico

para la dieta del pescador de lo que es la carne para el cazador. En ambos casos el alimento básico son los carbohidratos. En el sureste de Asia, por ejemplo, muchas poblaciones de pescadores cultivan también el arroz, beneficiándose de esta manera de una dieta bien balanceada. En muchos casos, los pescadores tienen que obtener una parte de su cereal o tubérculo básicos —si no el total— a partir de fuentes externas. Practicantes de una tecnología sofisticada de pesca, estos grupos son también sagaces mercaderes, basando su economía en el intercambio (Firth, 1966). El mercadeo de pescado seco y ahumado o de concentrados de pescado (por ejemplo los nuoc mam en Vietnam) se cuenta entre las actividades más importantes en la mayoría de las sociedades tradicionales de pescadores. Por su conocimiento del mar y de los hábitos de los peces, los polinesios pueden ser considerados como el grupo que ha descollado entre todas las poblaciones de pescadores, tanto por la serie de técnicas de pesca que han inventado, por las muchas maneras de consumir el pescado (crudo o cocido), como por el papel central que confieren a los peces en la mitología y los rituales. La economía alimentaria de los polinesios, al igual que un buen número de poblaciones de la Melanesia (por ejemplo las de las islas de Vanatú), se basa en la complementariedad entre los grupos de pescadores que viven a la orilla del mar y los cultivadores subordinados que producen tubérculos y que viven en el interior.

Pastoreo

En el proceso de la búsqueda de alimentos, los pastores se encuentran en una situación paradójica. Crían animales domésticos y en la mayoría de los casos se rehúsan a sacrificarlos para comerlos; prefieren utilizarlos más bien como regalos o préstamos, o para propósitos de prestigio social como las dotes matrimoniales o la creación de una clientela específica. La carne está lejos de ser una comida cotidiana, por lo que los pastores deben apoyarse en la leche y sus derivados —pero no en un grado que ponga en riesgo el crecimiento de las crías jóvenes—, así como en los carbohidratos que obtienen mediante los intercambios de su ganado. Se sabe que los turkana y sus tribus vecinas, en África, sangran a sus animales y consumen la sangre, algunas veces mezclada con harina (Little *et al.,* 1988).

Los restos más antiguos de animales domésticos fueron encontrados en el Cercano Oriente. En Europa, las ovejas (*Ovis aries*) y las cabras (*Capra hircus*) fueron datadas alrededor del año 8 000 AEC.[5] Más o menos en el mismo período, en la región norte de Iraq (Zawi Chemi y Shanidar), en Palestina (Jericó) y en el área de la Tesalia griega, se registraron restos de ganado vacuno (*Bos taurus*). En este lugar, la domesticación parece ser contemporánea a la adopción de la agricultura sedentaria (Flannery, 1969). El rango de animales domesticados por nuestros ancestros era más amplio que en nuestro tiempo. En el Egipto dinástico, alrededor del año 3 000 AEC, los antílopes *Oryx* y *Addax,* las gacelas, los búfalos e incluso las hienas eran mantenidos para engorda; esto está demostrado en la abundante iconografía sobre el tema (Smith, 1969; Darby *et al.,* 1977). Sin embargo, en el Nuevo Continente, dejando de lado el caballo —prestado de los invasores europeos—, la variedad de animales domésticos era notablemente pequeña: la llama de los Andes, el conejo de Indias y el pavo. Es el mismo caso en muchas islas de Melanesia y Polinesia, en donde el jabalí (*Sus scrofa*) es la única especie que funciona como comestible y comensal, pues en realidad compite con los humanos por la producción hortícola.

Los pastores «naturales» son principalmente nómadas y tienen que moverse en función de la disponibilidad del forraje; su dieta está sujeta a las variaciones estacionales de la leche producida por su ganado. En Nigeria, entre los woodabe (fulani), el consumo varía de 0.5 L diarios durante la estación seca, de febrero a mayo, a 2.5 L durante la estación lluviosa, de junio a septiembre (Loutan, 1985: 213). En la misma región, entre los tamasheq tuareg se registra un consumo de 1.7 L, durante todo el año, para los nobles de sexo masculino, pero sólo de 0.5 L para los sirvientes. En ambos grupos se consumen más o menos 0.5 kg diarios de cereales por persona y cerca de 30 kg de carne al mes por familia, con un promedio de 5 personas (Wagenaar-Brouwer, 1985: 232). La mayor parte del tiempo, los cereales son obtenidos de grupos de agricultores, y de antiguos tributarios en algunas ocasiones.

Los pastores, como los cazadores-recolectores, tienen un conocimiento detallado de su entorno natural y a menudo complementan su dieta cazando y recolectando. Muchas sociedades practican una economía mixta en la cual un pastoreo relativamente sedentario complementa el cultivo. Como regla, hay

5 Antes de la Era Común.

una mayor disposición para consumir animales más pequeños que los del ganado mayor, como cabras, ovejas y aves de corral. Algunas de las más notables dietas pastoriles se encuentran entre los pueblos de Mongolia. Ellos crían toda una gama de animales: ovejas, cabras, vacas, caballos, yaks y camellos. Aprovechan su leche de muy diversas maneras: la crema y la mantequilla, en algunos casos clarificada, junto con el queso suelto, sirven para enriquecer el té mongol; la «piel» de la leche, la leche fermentada (una base para yogurt o alcohol de leche de yeguas, el *kumiss*), el requesón y varias clases de quesos son igualmente utilizados (Accolas *et al.,* 1975). La dieta es completada con carne procesada en casa, cereales comprados y bayas y raíces recolectados en la estepa (Hamayon, 1975). La dieta mongola es probablemente más rica que la de los inuit.

Agricultura

La agricultura conlleva las actividades sistemáticas y repetitivas de arar el suelo, deshierbar y cosechar. En el Viejo Continente el cultivo de cereales apareció más o menos al mismo tiempo que el pastoreo en el Cercano Oriente, es decir, cerca del año 8 000 AEC. Algunos de los antiguos sitios con especies aclimatadas de semillas se encuentran en los montes Zagros (Jarmo), en Iraq, en el Kuzistán iraniano (Alicosh), en Anatolia (Çatal Hüyük) y en Jericó, en Palestina. Se han encontrado trigos primitivos cultivados —einkorn *(Triticum monococcum)*, emmer *(T. dicoccum)* y trigo para pan *(T. aestivum)*— cebada *(Hordeum distichum)*, mijo *(Panicum miliaceum)* y legumbres —chícharos *(Pisum sativum)* y lentejas *(Lens esculenta)*— (Renfrew, 1969), así como higos *(Ficus carica)*, alcaparros *(Capparis spinosa)*, pistaches *(Pistacia vera)* y árboles de almendra *(Prunus amygdalus)* (Flannery, 1969). Evidencia de arroz cultivado, mijo africano *(Eleusine coracana)* y legumbres se han reportado en la India y en Pakistán, con una antigüedad de alrededor de 1 500 años AEC. En el Nuevo Continente, las fechas más tempranas para el maíz y la calabaza son de unos 8 000 años AEC, en el Valle de Tehuacán, en México. Tal como lo mencionan Alexander y Coursey (1969: 422), el cultivo de raíces (casabe o mandioca) pudo haber ocurrido en la misma área en el tercer milenio. La propagación vegetativa de tubérculos es el tipo de agricultura dominante en las tierras bajas y húmedas tropicales de todos los continentes, y es el único cultivo posible en Oceanía. Involucra un amplio rango de especies, siendo las más conocidas el casabe o

yuca (*Manihot esculenta*), el camote o patata dulce (*Ipomoea batatas*), el taro o malanga (*Colocasia esculenta*), el boniato o ñame (*Dioscorea spp.*), el cocoyam o macabo (*Xanthosoma sagittifolium*) y el arruruz o taca (*Tacca pinnatifida*). A estos alimentos básicos habría que agregarles vegetales, legumbres, frutas, almendras y bayas.

No obstante que la vida de los agricultores ha sido menos idealizada que la de los cazadores-recolectores, su modo de subsistencia permite obtener cosechas más cuantiosas, permitiendo un incremento demográfico y combatiendo la inseguridad estacional. La agricultura demanda una vida más sedentaria, unidades de producción más cohesivas y, en muchos casos, derechos de propiedad mejor definidos que los de los cazadores-recolectores, supuestamente altruistas. En la actualidad, la forma de vida agrícola es parte central de cualquier sistema de alimentación. Los cazadores-recolectores contemporáneos, los pescadores y los pastores, todos tienen que depender, en diferentes grados, de la producción agrícola, con objeto de asegurar una subsistencia adecuada durante todo el año. La agricultura es aún la base de la producción de alimentos en el mundo industrializado.

Selección de alimentos

Aunque los humanos son omnívoros, son también selectivos en cuanto a sus opciones alimentarias. Entonces, ¿cuáles son los criterios de selección? Un experimento citado con frecuencia, llevado a cabo por Davis en 1928, entre niños recientemente destetados, mostró que al ofrecerles la posibilidad de una elección libre de comida, tendían a hacer una que no era nutricionalmente aberrante, sugiriendo con ello algún tipo de determinismo genético. En línea con el pensamiento darwiniano, antropólogos de la evolución se inclinan a suponer que las sociedades humanas están haciendo las mejores, más nutritivas y más sanas elecciones entre los alimentos a su disposición, y que las motivaciones subyacentes pueden ser analizadas en términos de costo-beneficio. Aun los sacrificios humanos entre los mexicas han sido interpretados como una respuesta a la crónica falta de carne debida al incremento poblacional (Harner, 1977; Harris, 1978). Sin embargo, la experiencia muestra que la gente no siempre hace las mejores elecciones nutricionales, y que la falta de conocimiento y la habilidad técnica no pueden siempre ser culpadas por ello. Grupos que son

vecinos pueden tomar decisiones completamente diferentes. Los masa y los tupuri, de Camerún, viven en un entorno ambiental similar, se casan entre ellos y están completamente enterados de las prácticas agrícolas de cada uno. Sin embargo, los masa sureños, que cultivan sólo una cosecha básica de sorgo rojo de temporal *(Sorghum caudatum)*, y que padecen constantemente de escaseces estacionales de alimentos, han rehusado, hasta muy recientemente y sobre la base de consideraciones religiosas (una prohibición de la Madre Tierra), sembrar el sorgo blanco resistente a la sequía *(S. durrah)*, utilizado por sus vecinos, los *tupuri*, a quienes ellos consideran sucios y frívolos. Además, la especie de sorgo referida la obtuvieron de su enemigo común, los fulani; y prefieren afirmar su autonomía cultural en el terreno simbólico que resolver su problema material de alimentos (Garine, 1980). De manera similar, es difícil encontrar alguna razón nutricional en la prohibición para el consumo de animales (y proteínas animales), decretada por el hinduismo, sobre la base del respeto a la vida (áhimsa).

Parafraseando a Lévi-Strauss (1962a: 128), los alimentos en los que es bueno pensar, no necesariamente son biológicamente buenos para comer. Katz *et al.* (1975) han mostrado cómo el uso de agua alcalina para cocinar maíz en México optimiza el valor de la vitamina PP en este alimento, previniendo la pelagra. Pero ejemplos negativos pueden citarse tan rápidamente como el anterior: los ghurage de Etiopía se afanan en la obtención de un alimento básico sumamente insatisfactorio, el banano falso (*Ensete edulis*), que contiene principalmente almidón, cuando podrían cultivar otro mucho más nutritivo (Shack, 1966). Y no obstante que las sociedades tradicionales se las arreglan, con bastante éxito, para almacenar alimentos de origen vegetal, especialmente cereales, no siempre son tan buenos como para preservar los alimentos que contienen proteínas animales, que siempre son consumidos con un cierto estado de descomposición, con muy desafortunadas consecuencias gástricas. Con frecuencia, las hortalizas son secadas al sol o hervidas durante horas, reduciendo así su contenido de vitaminas B y C.

La dieta que sigue al destete es un área obvia en la que las sociedades tradicionales muestran lo que, en términos darwinianos, sería considerado como malos hábitos adaptativos. Los infantes son usualmente alimentados correctamente con el pecho, aunque algunas veces durante demasiado tiempo. Cuando el momento del destete llega, se les alimenta con lo que es considerado

—cultural o simbólicamente— como «el pan de cada día», es decir el carbohidrato que constituye el alimento básico. Si se da el caso de que se trata de un cereal que contiene proteínas, el infante estará mejor que si se tratara de un tubérculo. Muy rara vez se ofrecen proteínas animales: con frecuencia no son frescas y se tiene el conocimiento empírico de que causan problemas digestivos. La gente carece de un conocimiento inculcado sobre las necesidades específicas de proteínas para un niño en proceso de crecimiento. Los niños sufren con frecuencia de malnutrición, una de las principales causas de muerte en dicha edad. Esto, por supuesto, podría ser interpretado por algunos adaptacionistas como un sistema providencialmente integrado que funciona para disminuir la presión demográfica.

Tampoco existe una tendencia espontánea, en las poblaciones urbanas de occidente, por adaptar su dieta a las condiciones de la vida sedentaria. Muchos habitantes urbanos hacen poco ejercicio y comen demasiado. Frente a una elección ilimitada, con frecuencia eligen alimentos que son ricos en proteínas, grasas y azúcar, y que fomentan los padecimientos degenerativos. Y van aún más lejos, ya sea por motivos de prestigio o de psicopatología, e ingieren alimentos, alcohol y drogas o fármacos que actúan claramente en detrimento de la salud. Un ejemplo es suficiente: el pez globo japonés o *fugu* (*Teirodon ostechtyes*), cuyo hígado y órganos genitales contienen un veneno mortal, es servido en restaurantes en boga, pero cobrando su cuota de víctimas, entre quienes se sintieron muy estimulados por el peligro implícito.

En términos nutricionales, no hay razón para atribuir más sabiduría que tontería a la especie. Las sociedades humanas alcanzan varios niveles nutricionales mediante las dietas que han elegido, ya sea sobre la base de una experiencia empírica o por razones simbólicas. Las dietas son viables, no óptimas; y algunos grupos disfrutan —objetivamente— de una situación nutricional y de una salud física mejor que la de otros. La malnutrición y la subnutrición, ya sean estacionales o permanentes, tienen diversos efectos en la biología de varias categorías de individuos, en su demografía y en su capacidad de trabajo. La nutrición también afecta su personalidad y su estilo de vida social, tanto que Durkheim (1938: 110) llamó a este fenómeno «conciencia colectiva», más o menos mostrado abiertamente en el sistema de reparto, en la imagen corporal valorada, en la vida mágico-religiosa, en los mitos y en muchos aspectos de tradición oral.

Alimentos básicos

Cada sociedad tiene su «pan de cada día», el que Jelliffe (1967: 279) llamó la «supercomida cultural». Ésta es siempre un carbohidrato y usualmente es el que contribuye con la mayor cantidad de energía a la dieta. A escala planetaria, estos alimentos básicos son más bien pocos (véase el cuadro 3).

Cuadro 3. Principales alimentos básicos (en millones de toneladas)

Trigo	513	Maíz	481
Arroz	470	Cebada	176
Sorgo	81	Mijo	31
Papas	226	Camotes	170
Casabe	136		

Fuente: FAO 1986.

Una característica distintiva de los sistemas de alimentación humanos es que en muchos casos el alimento básico es de origen extranjero (véase cuadro 4). El casabe y el maíz son las supercomidas culturales de muchas poblaciones de África ecuatorial, aunque sean de origen americano. Las papas son la comida básica de muchos grupos del Himalaya; el casabe y el camote son el pan de cada día de las poblaciones de Indonesia y Melanesia, y pueden ser vistas en los más remotos valles de Nueva Guinea. El descubrimiento de las Indias Occidentales y Orientales, así como de América, precipitó la distribución de muchos comestibles por todo el mundo. La propagación del casabe y del arroz estuvo ligada al sistema colonial. A la fecha, la expansión de la civilización occidental contribuye con la distribución del trigo en todo el mundo. Lo mismo puede aplicarse a los alimentos secundarios y, por supuesto, a las especias. Los jitomates de origen americano se consumen en todas partes. Sorprendentemente, el chile picante (*Capsicum annuum*), que es un símbolo de buena suerte y virilidad en el Mediterráneo, se originó en el Nuevo Mundo.

Cuadro 4. Origen geográfico de las principales plantas alimenticias

Europa	*Mediterráneo, Cercano Oriente y Persia*	*India, Himalaya y China Central*	*Sureste asiático y Oceanía*	*África*	*América*
Betabel *(Beta vulgaris)* Achicoria *(Cichorium intibus)* Repollo *(Brassica oleracea)* Nabo *(Brassica napobrassica)*	Escanda *(Triticum dicoccum)* Escanda menor *(Triticum monococcum)* Trigo común *(Triticum aestivum)* Cebada *(Hordeum sp.)* Centeno *(Secale cereale)* Avena *(Avena sp.)* Mijo *(Panicum miliaceum)* Lenteja *(Lens esculenta)* Chicharo *(Pisum sativum)* Haba *(Vicia faba)* Chufa *(Cyperus esculentus)* Zanahoria *(Daucus carota)* Chirivia *(Pastinaca sativa)* Apio *(Apium graveolens)* Nabo *(Brassica rapa)* Rabano *(Raphanus sativus)* Cebolla *(Allium cepa)* Ajo *(Allium sativum)* Espinaca *(Spinacea oleracea)* Espárrago *(Asparagus officinalis)* Alcachofa *(Cynara scolymus)* Lechuga *(Lactuca sativa)* Uvas *(Vitis vinifera)* Almendra *(Prunus amygdalus)* Higo *(Ficus carica)* Oliva, Aceituna *(Olea europea)* Ciruela, cereza, Durazno, albaricoque *(prunus sp.)* Manzana *(Malus sp.)* Pera *(Pirus sp.)* Castaña *(Castanea sp.)* Nuez de nogal *(Juglans regia)* Avellana *(Corylus sp.)*	Mijo italiano *(Setaria italica)* Alforfón *(Fagopyrum esculentum)* Garbanzo *(Cicer arietum)* Lenteja negra *(Phaseolus mungo)* Frijol egipcio *(Dolichos lablab)* Ajonjolí *(Sesamum indicum)* Jengibre *(Zingiber officinale)* Calabaza/guaje *(Lagenaria vulgaris)* Pepino *(Cucumis sativus)* Berenjena *(Solanum melongena)* Mostaza *(Brassica juncea)* Amaranto *(Amaranthus sp.)* Albaca *(Ocimum basilicum)* Mango *(Mangifera indica)* Cítricos *(Citrus sp.)*	Arroz *(Oryza sativa)* Frijol soya *(Glycine max)* Goiteño *(Pueraria lobata)* Arrurruz *(Canna orientalis)* Taro *(Colocasia esculenta)* Camote/ñame *(Dioscorea alata; D. esculenta; D. opposita; D. bulbifera)* Calabaza china *(Brassica sinensis)* Caña de azucar *(Saccharum officinarum)* Boraso, palma palmira *(Borassus flabellifer)* Sago *(Metroxylon sp)* Banana *(Musa sapientum)* Coco *(Cocos nucifera)* Árbol del pan *(Artocarpus altilis)* Jaca *(Artocarpus orientalis)* Toronja *(Citrus maxima)* Litche *(Litchi chinensis)* Longan/ojo de dragón *(Euphoria longana)* Durián *(Durianus zibethinus)* Rambután *(Nephelium lappaceum)* Mangostino *(Garcinia mangostana)*	Coracán *(Eleusine coracana)* Mijo africano *(Pennisetum sp.)* Sorgo *(Sorghum sp.)* Arroz Africano *(Oryza glaberrima)* Foniio *(Digitaria exilis)* Nuez Bambara *(Voandzeia subterranea)* Arveja gunga *(Cajanus cajan)* Habichuela larga*(Vigna unguiculata)* Ñame *(Dioscorea cayenensis-rotundata; D. dumetorum)* Sandía *(Citrullus vulgaris)* Hibisco *(Hibiscus sabdariffa)* *Okra (Hibiscus esculentus)* Dátil *(Phoenix dactylifera)* Palma de aceite *(Elaeis guineensis)*	Maíz *(Zea mays)* Frijol común *(Phaseolus vulgaris)* Cacahuate *(Arachis hypogea)* Papa *(Solanum tuberosum)* Camote/patata *(Ipomoea batatas)* Maranta *(Marantha arundinacea)* Ñame *(Dioscorea trifida; D. convulvacea)* Cocoyam americano *(Xanthosoma sagittifolium)* Olluco *(Ullucus tuberosus)* Guacamota/ casabe *(Manihot utilissima)* Jitomate *(Lycopersicum esculentum)* Pepinos *(Capsicum sp.)* Calabacita *(Cucurbita pepo)* Calabaza, zapallo *(Cucurbita maxima)* Aguacate *(Persea gratissima)* Chayote *(Sechium edule)* Piña *(Ananas Comosus)* Quinoa *(Chenopodium quinoa)* Anacardo *(Anacardium occidentale)* Nuez pecán *(Carya pecan)* Guayaba *(Psidium guayava)* Papaya *(Carica papaya)* Guanábana *(Annona muricata)*

Estacionalidad

La estacionalidad es una característica común de todos los sistemas alimentarios (Garine y Harrison, 1988). Ha sido documentada recientemente en climas ecuatoriales, en donde no se suponía que ocurriera (Pagezy, 1988b; Bahuchet, 1985; HIadik *et al.,* 1990). Sólo recientemente las civilizaciones occidentales han erradicado la incertidumbre alimentaria estacional, para reemplazarla por una inseguridad alimentaria ligada al ingreso. La estacionalidad tiene consecuencias biológicas, psicológicas y sociales. Por supuesto, estas deben ser interpretadas de acuerdo con las condiciones locales, tanto en la manera en la que ocurren objetivamente, como en la que son percibidas. Las fluctuaciones estacionales varían, desde los ya bien aceptados y predecibles periodos de escasez, a las catastróficas hambrunas tan agudamente padecidas (Chambers *et al.,* 1981; Garine y Koppert, 1990). Suscitan respuestas materiales, con consecuencias biológicas, relacionadas con las prioridades que se refieren a la producción de alimentos, los gastos monetarios y la administración de las tiendas. En cierto nivel de organización, implican la movilización de las redes sociales. Y finalmente, en el aspecto simbólico estimulan respuestas rituales que influyen sobre el bienestar psicológico de los miembros de la sociedad.

No es posible ignorar los aspectos emocionales de la escasez de comida. Entre las poblaciones de los bosques lluviosos de África, como los oto y los twa, en Zaire, el hambre estacional —que implica un fuerte estrés psicológico y que tiene, incluso, consecuencias nocivas para el crecimiento de los niños— es causada principalmente por el reducido abastecimiento de los elementos más valiosos de la dieta. La carne fresca y el pescado, que en otros momentos acompañan todas las comidas, están presentes sólo en 70 por ciento de las ocasiones, aunque las cantidades permanezcan en el aceptable nivel de los 70 gr diarios (Pagezy, 1988a). El hambre y las diversas incomodidades resultantes son definidos culturalmente, y bien pueden deberse a la ausencia de la comida apreciada —como es el caso de la prestigiosa carne o del divinamente bendecido alimento básico—, más que al valor nutricional efectivo del alimento consumido, el cual puede ser mantenido sustituyéndolo por alimentos menos estimados.

Tal como lo ha argumentado Kardiner (1939: 219) hace muchos años y por lo que se refiere a los habitantes de las islas Marquesas, el alimento es una preocupación constante en las sociedades tradicionales, como se desprende

del comportamiento evidente de la gente, de las actitudes frente al consumo de alimentos, de las imágenes corporales y de la mitología. Como fue demostrado en el monumental trabajo de Lévi-Strauss, los temas relacionados con la comida abundan en mitos que, a primera vista, manifiestan una preocupación más inmediata por la comida que por el sexo. Lo mismo se aplica a los cuentos y a otros aspectos de las tradiciones orales, en donde los temas del hambre proliferan, y donde la glotonería y la avidez son constantemente estigmatizadas. El convertirse en un fantasma hambriento al morir, es una preocupación particular entre los *musei* de Chad. El privilegio de los machos iniciados reside en haber aprendido a dónde ir después de la muerte, para ser alimentados ritualmente por los coiniciados que le sobreviven.

Cocinar

De acuerdo con los trabajos de Lévi-Strauss (1964, 1965), la atención se ha enfocado en el acto de cocinar, ya que, más allá de la simple descripción del fenómeno material involucrado, éste se presta, asimismo, al análisis estructural formal. Se dice que este análisis revela patrones universales en relación con el pensamiento humano, como el principio de la oposición binaria basado en la lingüística estructural de Jakobson (Jakobson y Halle, 1956). El «triángulo culinario», descrito en primer lugar por Lévi-Strauss, y a partir de ahí sujeto de comentarios sin fin (Lehrer, 1969, 1972; Leach, 1974; Goody, 1982; Mennell, 1985), se propone ilustrar cómo los «gustemas» —piénsese en «lo crudo», «lo cocido» y «lo podrido»—, similares a los «lexemas» de la lingüística, pueden ser ligados entre ellos para significar la transición de la Naturaleza a la Cultura, en la cual, se supone, descansa la «esencia» de la humanidad. Basándose en datos de primera mano y adoptando una aproximación estructural-simbólica de alguna manera diferente, Douglas (1957, 1972, 1977, 1978) ha intentado «descifrar» los significados simbólicos de la comida en el marco de referencia de culturas específicas.

Cocinar es una característica distintiva del comportamiento alimentario humano. Sirve para modificar la composición química y física de los alimentos, lo que mejora la digestibilidad de materiales herbáceos con un alto contenido de almidón y celulosa, así como de proteínas crudas (Stahl, 1984: 157); asimismo, puede reducir su contenido de vitaminas B y C. El hecho de que los humanos hayan estado comiendo alimentos cocinados durante largo tiempo, ha

influenciado, probablemente, la biología del tracto digestivo. Y sin embargo, muchos alimentos son procesados de manera extensiva para hacerlos comestibles, antes siquiera que lleguen a la cocina: un ejemplo es la eliminación de elementos tóxicos ciánicos de los tubérculos de casabe. En sistemas alimentarios específicos, estas prácticas de procesamiento contribuyen al establecimiento de la homogenización del gusto y del valor nutricional. Muchos grupos, como los *hausa*, de África, remojan y fermentan sus cereales antes de hacer harina, lo cual tiene consecuencias gustativas y nutricionales. El arte de cocinar depende de la tecnología disponible y de las prioridades culturales consensadas para estas actividades. Pueblos de América del norte, como los *hurones*, algunos de los cuales cocinaban en recipientes de corteza, o los de Nueva Caledonia, que carecían de recipientes de barro, o las amas de casa de Sudán, modestamente equipadas, difícilmente podrían competir con los sofisticados chefs de la cocina francesa. Las restricciones utilitarias también influyen: por ejemplo, en la cocina China, donde se concilia la necesidad de cocinar toda clase de alimentos con la de utilizar el menor combustible posible, mediante el simple hecho de cortar los ingredientes en trozos pequeños y cocinarlos rápidamente sobre un brasero o friéndolos y agitándolos en un cuenco («freír al estilo chino»), o cociéndolos al vapor, comprimidos en varias capas.

Cada sociedad tiene, también, su propia cocina. En algunos casos se codifica como gastronomía —lo que produce una literatura abundante—, en la que el conservadurismo y la innovación hacen el mejor uso posible de los productos alimentarios y medios técnicos, con el objeto de proporcionar placer sensorial —de acuerdo con los estándares culturales—, basado en el sabor, el aroma, la imagen y el tacto: textura, forma y temperatura. El arte culinario africano utiliza una cantidad de productos mucilaginosos, como la *okra* (*Hibiscus esculentus*) que los europeos podrían encontrar desagradables, como el aroma del queso maduro resulta desagradable para la mayoría de los africanos. La cocina asiática ha desarrollado un amplio rango de comidas crudas, tostadas y crujientes, privilegiando sus cualidades físicas. Aún más: la comida japonesa se apoya en la estética visual, como lo hace la *haute cuisine* francesa. Los hábitos alimentarios se perpetúan a sí mismos como marcadores sociales, tanto en la vida cotidiana como en ocasión de celebraciones entre grupos sociales en proceso de aculturación, incluso mucho después de que el resto de sus culturas originales haya desaparecido.

Cocinar en las sociedades tradicionales, es básicamente una actividad utilitaria, la comida se prepara para ser ingerida y saciar el estómago. Se centra en la preparación del alimento básico principal, por ejemplo, el mijo (*Pennisctum spp.*) entre los *wolof* de Senegal. El grano machacado es tamizado para obtener varios tipos de harinas y sémola, cocido al vapor y después en agua o aceite, para producir un amplio rango de platillos básicos que serán combinados con una variedad de condimentos. Las dietas tradicionales parecerían muy monótonas a los habitantes de las ciudades occidentales. Los masa del norte de Camerún consumen gachas de sorgo en 97 por ciento de sus comidas. Muchos bearneses rurales del sur de Francia comen todos los días un refrigerio de huevos con tocino casero y están contentos con ello. Y no obstante, en la mayoría de los grupos rurales esta monotonía proporciona satisfacción mediante la renovación diaria de una experiencia sensorial y familiar que ha sido culturalmente condicionada desde su niñez.

Los platillos deben proporcionar un mínimo de las necesidades nutricionales, pero al mismo tiempo tienen una función hedonista, la cual no necesariamente está en consonancia con los requerimientos biológicos humanos. Tal como White (1949: 24) ha indicado hace algunos años, «el hombre es el único animal capaz de distinguir el agua destilada del agua bendita». Los seres humanos juegan con símbolos y se reconfortan a sí mismos, psicológica y socialmente hablando, al mismo tiempo que ingieren alimentos y satisfacen sus necesidades nutricionales. Para los cristianos el pan es el cuerpo de Cristo y el vino su sangre. De la misma manera, el mijo fue dado a los *sereres* de Senegal por su dios, que bajó a la tierra para salvarlos de la hambruna. Esto explica por qué la comida es manejada con tanto cuidado en las sociedades tradicionales. La comida es un don de dios que no debe ser tomada por descontado, y por esta razón, durante las comidas diarias la gente a menudo come en silencio lo que tiene que comer. El jugar y manosear la comida es un privilegio de los sofisticados y adinerados.

La comida tiene una carga emocional y es simbólicamente significativa. Los brahmanes hindúes, obsesionados con la pureza y la contaminación, establecen diferencias entre comidas crudas y productos de leche, que son puros, *pakka*, y alimentos cocinados, *kachcha*, que son fácilmente contaminados, armonizando su comportamiento diario a estas distinciones. De acuerdo con Granet (1968: 309), el Hong Fan, uno de los sistemas de meditación china

más antiguos (500 AEC), enseña cómo manejar las diversas clasificaciones, de acuerdo con las cuales opera el orden general y las formas de ajustar el cuerpo humano, como un microcosmos, al macrocosmos universal. A los cinco elementos —madera, fuego, tierra, metal y agua— corresponden actividades humanas, tanto como sabores, aromas, alimentos vegetales, animales domésticos, categorías zoológicas y vísceras; todos los cuales están vinculados con los puntos cardinales, estaciones del año, elementos y notas musicales. Por ejemplo, la nota *kio* (este, primavera, madera), estimula el hígado, y así en general. Existe una lectura cósmica de la cultura china, de la cual el cocinar es una parte, misma que tiene que corresponder con los principios generales de complementariedad entre el *ying* y el *yang,* en la organización rítmica del universo del Tao. El mismo tipo de sistema opera en India y, sin embargo, los sentimientos que acompañan los episodios de la alimentación son distintos. Mientras está comiendo, el brahmán indio aplica las reglas más bien como un código médico solemne: el control y el ayuno están en el trasfondo. Los chinos, por el contrario, se entregan a la comida incluso en ocasión de ceremonias funerarias, como ha sido demostrado con maestría por Chang (1977). En las diversas «invocaciones al alma», el espíritu que parte es atraído para que regrese mediante comidas deliciosas, como «orioles rellenos, pichones y gansos condimentados con caldos de carne de chacal» (Hawkes, 1959: 111).

Una observación similar podría hacerse comparando las actitudes de ingleses y franceses respecto de la comida (Mennell, 1985: 102), al invocar las apariencias del puritanismo protestante o del *laissez-faire* católico, lo que en realidad remite al ámbito familiar, al *ethos* profundamente enraizado en cada sociedad.

Tabúes y prohibiciones en la comidas

Brillât-Savarin escribió (1885): «Dime qué comes y te diré quién eres», y un proverbio alemán dice: «El hombre es lo que come». El principio general que gobierna el consumo de comida en todas las sociedades, desde los cazadores-recolectores hasta los ejecutivos de negocios occidentales, es que ésta, la comida, debe ser adecuada y estar en proporción, simbólica y materialmente hablando, a cada categoría de consumidor de acuerdo con criterios específicos. En este aspecto, la comida es un contrapunto a las dinámicas de la organización social. El

concepto de tabú, aplicado a la comida, define actitudes y conductas negativas hacia alimentos que no deberían ser consumidos o manipulados, por temor a incurrir en inevitables consecuencias dañinas. Este concepto no debe ser confundido con el de rechazo o el de simple disgusto. De acuerdo con Moerenhout (1959: 529), en Polinesia un tabú era una regla, de acuerdo con la cual, los objetos eran declarados sagrados o prohibidos. Impedir que la fruta o el pescado fueran tocados, también permitía a estos alimentos —y a algunos individuos— compartir la esencia divina y ser venerados. Tales provisiones se consideraban como cargados de un *mana* (una fuerza sobrenatural, simbólicamente comparable a la radioactividad), y el contacto con ellos resultaría en un inevitable castigo mágico-religioso. Comparados con la noción de tabú, las expresiones *evitación de la comida* o *prohibición de la comida,* pueden ser utilizados de manera más general. Se refieren a transgresiones que son socialmente reconocidas, pero cuyos efectos pueden ser más fácilmente neutralizados o remediados. Sobra decir que cada cultura tiene sus propias nociones relativas a estos asuntos.

Los tabúes alimentarios rara vez constituyen creencias aisladas; con frecuencia advierten una estructura subyacente en la cual están insertos. El problema para entender la asociación entre animales totémicos y grupos sociales —en los que los animales designados como tótem para cada miembro del grupo, en tanto que comida, son tabú para el resto—, dio lugar a una controversia antropológica clásica, entre los que estaban a favor de un enfoque utilitario, como Radcliffe-Brown (1951, 1952) y Harris (1975, 1978), y los que, como Lévi-Strauss (1962a, 1962b) y Douglas (1966), discutían que esas prohibiciones debían ser interpretadas, antes que nada, como marcadores simbólicos mediante los cuales los humanos diferenciaban entre diversos tipos de animales en términos de las diferencias entre ellos mismos y viceversa. Los tabúes alimentarios aparecen, para algunos antropólogos de convicción estructuralista, como un buen campo para demostrar la inclinación específica de los seres humanos para la clasificación. Y sin embargo, como escribe Tambiah (1969: 457) «las culturas y los sistemas sociales son, después de todo, no sólo pensadas sino también vividas». No hay razón por la cual los puntos de vista utilitarios y simbólico-estructuralistas debieran excluirse el uno al otro. Y los alimentos pueden ser considerados tabú o atractivos tanto por razones empíricas como simbólicas. Además, el debate se apoya específicamente en animales o tabúes permanentes. Existen también algunos de carácter temporal, y las evitaciones pueden ser, así

mismo, dirigidas a plantas y objetos inanimados. Las prohibiciones no son necesariamente totémicas, ni tienen siempre que ver con el consumo del objeto prohibido, como recordamos a partir de la tesis de Freud *Totem y Tabú* (1969 [1913]), en la que el totemismo y la exogamia están relacionados con el asesinato primordial del padre. Los tabúes pueden consistir sencillamente en tocar o manipular el objeto prohibido. Por ejemplo, en Chad algunos de los musei tienen que respetar un tabú que consiste en no beber cerveza de sorgo de un recipiente de calabaza.

Los tabúes permanentes ofrecen algunas bases para una interpretación idealista. Es razonablemente obvio que las prohibiciones permanentes tengan un valor clasificatorio, emblemático. Abarcan grupos humanos de varios tamaños, desde civilizaciones religiosas completas (por ejemplo judías, islámicas, hindúes, cristianas) mediante varias formas de agrupación por afinidad u ocupación, hasta categorías específicas de individuos. Ejemplo de un tabú ampliamente aplicado es la prohibición sobre el cerdo, respetada por las civilizaciones judía y musulmana y basada en textos sagrados muy similares: Levítico 11 y la quinta *surah* del Corán. Este tabú ha sido interpretado en términos de higiene, de costos y beneficios económicos, y también por medio de una posible significación simbólica. El Levítico 11 (nueva traducción estándar revisada) enuncia:

> Estas son las cosas vivientes que puedes comer, entre todas las bestias que hay sobre la tierra. Cualquiera que tenga la pezuña hendida y rumie, entre estos animales puedes comer. Sin embargo de entre esos que rumian y tienen la pezuña hendida no puedes comer estos […] el cerdo porque tiene la pezuña hendida pero no rumia, es impuro para ti.

Como sugiere Douglas (1966: 55), el cerdo no debe ser comido porque constituye en cierto grado una anormalidad taxonómica, en el orden del mundo, tal como fue concebido por los antiguos judíos.

Uno de los más conocidos tabúes permanentes sobre el alimento se observa en la India. En el hinduismo, de acuerdo con el principio de la no violencia, está prohibido matar y, *a fortiori*, consumir cualquier cosa viva. Existen numerosas variaciones en la observancia de esas prohibiciones de acuerdo con la secta, región e idiosincrasia individual. Los ovolactovegetarianos son probablemente los más numerosos y no tienen dificultad en asegurarse una dieta

balanceada; sin embargo, los miembros del credo jainita incluyen microorganismos entre sus prohibiciones y van tan lejos como filtrar su agua potable por temor de ingerir gérmenes vivos (Mahias, 1985).

Además de los grupos de parentesco, entre algunos de los cuales se practica el totemismo, la evitación de la comida también puede caracterizar a grupos sociales cuya membresía se define sobre la base de criterios técnicos y económicos. Esto puede ser ilustrado por muchos grupos en África, por ejemplo, que establecen una endogamia en función de su oficio —carniceros, tamborileros, peleteros, herreros, tintoreros—, o en el sistema de castas de la India. Las prohibiciones alimentarias también pueden estar relacionadas con las propiedades intrínsecas de varias categorías de individuos dentro del marco cultural. Las mujeres, que son sexualmente deseables, dulces, vulnerables y a cargo de la procreación, tendrían que evitar las comidas que, simbólica y materialmente, se consideran «demasiado fuertes» o «demasiado peligrosas». La lista puede ser bastante larga y se ha llegado a interpretar, por los economistas del hogar, como un resultado del egoísmo y la glotonería de los hombres. Las prohibiciones permanentes también pueden presentarse en los grupos de iniciación o de posesión, y sirven para conferir a sus miembros una posición socialmente reconocida.

Finalmente, las prohibiciones permanentes de alimentos pueden ser el resultado de una experiencia personal fuera de lo común, que implica intervenciones sobrenaturales. Ello es importante porque permite a los sistemas de prohibición ser considerados como estructuras dinámicas abiertas a eventos históricos, como lo ilustra el totemismo individual entre los indios de Norteamérica, en donde al iniciado se le prohíbe consumir a su propio espíritu guardián. Una evitación permanente puede deberse también a un milagro ocurrido a un ser vivo o a un antepasado suyo. Por ejemplo, un musei perdido en la espesura que estaba muriendo de sed, encontró un estanque al seguir a un cerdo salvaje. A partir de entonces evitó matar a estos animales y su comportamiento fue transmitido a sus descendientes. Muchos tabúes de los clanes pueden haberse originado de esta manera. Además de tener una función discriminatoria, sirven para conmemorar eventos del pasado.

Con excepción de la India, son pocos los tabúes permanentes que tienen consecuencias nutricionales. A menudo involucran animales que son difíciles de obtener, como leones o leopardos, así como a individuos excepcionales

dentro de una especie determinada, como lo son los albinos. Puede decirse, sin lugar a dudas, que los tabúes permanentes funcionan como marcadores sociales para hacer explícitas las diferencias entre individuos o grupos, para influenciar en actitudes y conductas, y para facilitar el funcionamiento de sistemas sociales.

Dejando de lado las evitaciones permanentes y pasando a las temporales, hay que decir que éstas acompañan periodos importantes en los ciclos religiosos y sociales de los pueblos. Se pueden mencionar los periodos de ayuno en el marco del hinduismo o brahmanismo, así como el Ramadán entre los musulmanes, o la prohibición de carne en la Cuaresma y los Viernes Santos de los católicos. El objeto de estas prohibiciones es demostrar la santidad de los episodios y la pureza de quienes toman parte en ellos.

Más que nada, las prohibiciones temporales de alimentos señalan los efectos cruciales de los ciclos de vida individuales: están las restricciones alimentarias de las embarazadas, luego las de las mujeres en período de lactancia; las del bebé antes y después del destete; las de los niños antes y después de la pubertad, luego las prohibiciones asociadas con la menstruación y así sucesivamente. Debemos mencionar también las prohibiciones alimentarias en relación con los familiares políticos, en donde la transgresión evoca el incesto. Antropólogos como Lévi-Strauss (1949: 40) han señalado el paralelo entre las reglas que gobiernan el intercambio de alimentos que van a ser consumidos y las reglas que siguen las mujeres que van a casarse; ambos rasgos distintivos de la sociedad humana. Deben agregarse las prohibiciones alimentarias asociadas con el duelo, la muerte de un familiar, una enfermedad física o mental, la agresión simbólica —por ejemplo mediante brujería o maldiciones—, así como aquellas que marcan una crisis, como ir a juicio, recuperarse de cometer un asesinato, llevar a cabo actividades peligrosas de cacería o trepar para recolectar miel. Finalmente, es común que las evitaciones alimentarias estén ligadas a procesos técnicos complejos, a menudo aquellos que involucran transformaciones físico-químicas, como la fundición de minerales, cocer alfarería, preparar cerveza o destilar licor.

Las prohibiciones alimentarias tienen un significado emblemático. A este respecto, es evidente que el campo de estudio de los alimentos ayuda a hacer públicas las diferencias significativas entre las categorías de individuos, lo que da como resultado un trato diferenciado. Sin embargo, las evitaciones temporales están principalmente orientadas a contar con efectos terapéuticos mate-

riales. Se basan en correspondencias simbólicas, metonímicas y metafóricas que se apoyan en la magia receptiva, así como en la utilización de un conocimiento empírico sólido. No obstante, en este terreno, la imaginación cultural —que en algunos casos muestra el camino hacia una nutrición científicamente solida— parece seguir su propio curso. Entre los *douala*, en Camerún, una mujer embarazada no debe comer plátanos demasiado maduros por el temor de que las manchas de la cáscara se transmitan a su bebé, ni puede comer carne de res por temor a que el niño pueda babear como una vaca (Ekalle, 1947: 73). Entre los adultos *yassa*, un hombre debe abstenerse de comer la carne de la tortuga de tierra debido a la piel arrugada de ésta, y a que ¡su cola no es eréctil! Por la misma razón, debe evitar comer casabe cocido (yuca) en una hoja de *marantaceae* de tallo blando. Estas prohibiciones no tendrán un efecto muy serio en la dieta de un macho adulto, pero en algunas culturas, como entre los *abasamia*, en Kenia, las mujeres embarazadas tienen prohibido el acceso a la mayoría de las fuentes de proteínas, es decir, las aves, los huevos, la oveja, el cerdo, la carne de caza, varias especies de pescado y la leche (Ojiambo, 1967: 217), lo cual difícilmente procura el nacimiento de un bebé saludable. A pesar de todo, debe reconocerse que la lista de prohibiciones conocidas y descritas es usualmente mucho mayor que la que se podría hacer de las prohibiciones que realmente se llevan a la práctica.

Las prohibiciones alimentarias pueden también aparecer como el corolario más obvio de creencias nutricionales, mucho más difíciles de descubrir. Si una mujer recibe una dieta restringida durante su periodo de gestación debido a supuestas razones simbólicas, es también para evitar dar a luz a un bebé demasiado grande. Tales nacimientos son difíciles de lograr en sociedades tradicionales y el fracaso es percibido como una tragedia. Si las mujeres tienen que respetar tabúes alimentarios también tienen prescritos alimentos específicos. Entre los yassa, una madre embarazada debe comer carne de chimpancé —un animal robusto— con objeto de dar a luz a un bebé fuerte. En todas las sociedades se recomiendan preparaciones galactogénicas para las madres en lactancia. Las más de las veces, la relación entre alimento y medicina es sutil.

Todos los grupos humanos tienen, más o menos, una ideología nutricional bien definida. En algunos casos, toma la forma de una teoría estructurada. La medicina humoral puede observarse en muchas civilizaciones contemporáneas: en el mundo árabe, en China, en la parte suroriental de Asia y en La-

tinoamérica. Básicamente, se mantienen los principios establecidos durante la antigüedad clásica por Hipócrates y Galeno, en donde las prohibiciones y prescripciones alimentarias tienen el fin de corregir los desbalances humorales. Por ejemplo, los alimentos concebidos como «calientes» deben consumirse para contrarrestar a los alimentos «fríos». De cualquier manera, uno debe tener cuidado de no generalizar en exceso e imaginar que «caliente» y «frío» son categorías universales de alimentos, ya que también existen alimentos neutrales, no clasificados (Laderman, 1981: 474; Mintz y Van Veen, 1968: 90). Cada cultura tiene sus propios conceptos y estrategias en este campo. En Malasia, por ejemplo, después de que una madre da a luz, se le percibe sufriente de un estado frío, por lo que debe evitar comer calabacitas, un alimento particularmente frío (Laderman, 1981: 471). El caso inverso se ve en México, en donde se considera que las madres recientemente confinadas están en una situación «caliente» y reciben platillos refrescantes. Siempre es importante distinguir la cualidad física (térmica) de la comida, relacionada directamente con la calidad humoral atribuida a ésta (Laderman, 1981: 469): en el contexto malayo, un plato humeante de calabacitas sería de cualquier manera considerado una comida «fría».

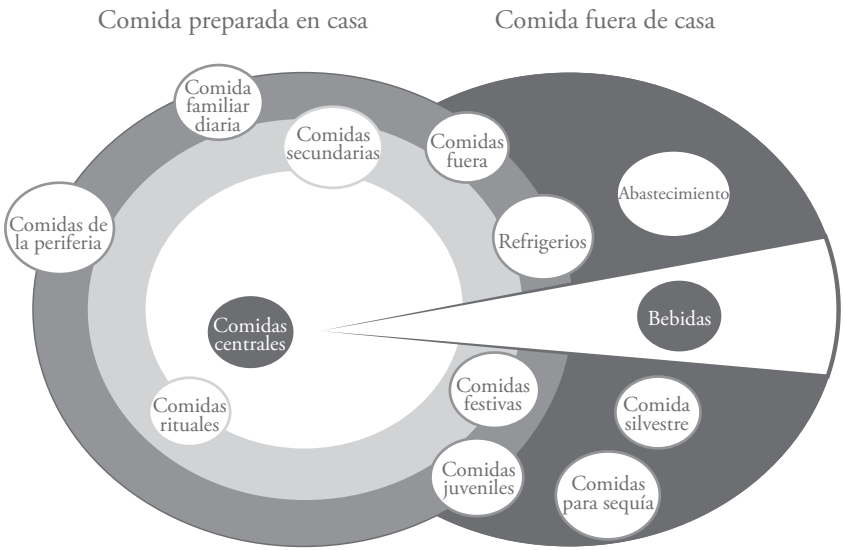
Las prohibiciones alimentarias constituyen un campo muy complejo, en el cual los asuntos simbólicos, materiales o utilitarios, no se excluyen mutuamente. Aquí, la única manera de comprender es mediante el análisis de situaciones específicas desde diversos puntos de vista, antes de intentar cualquier clase de generalización.

Comer y compartir. Alimentos rituales y profanos

En contraste con los primates no humanos, las sesiones de alimentación en las sociedades humanas regularmente tienen lugar en horas fijas del día en el contexto de un grupo. Algunas son constantes y fuertemente codificadas —las llamaremos comidas—, otras son más informales en relación con el tiempo, el lugar y la composición del grupo con quien se comparten, a éstas les llamaremos refrigerios. Ambas dependen de los artefactos utilizados para contener y manipular los alimentos a ingerir, los platos que pueden ser presentados simultánea o secuencialmente y los modales en la mesa, que establecen la manera en la que los alimentos deben ser manejados y consumidos, de acuerdo con la posición social de los consumidores. Existen diferentes clases de comidas y

refrigerios: los hay para dentro o fuera de casa, e involucran alimentos centrales, secundarios y periféricos, según el sistema local (figura 1).

Figura 1. Diagrama de un sistema alimenticio tradicional.



Comidas ordinarias

Estas normalmente se hacen tres veces al día, en horas que dependen de la agenda de trabajo. Usualmente la más importante es la que se hace al final del día. Corresponde al tipo de comida cocinada en casa, preparada por los miembros femeninos, maduros y responsables del grupo familiar, y se preparan a partir de productos alimenticios comunes. Los grupos de consumo varían de acuerdo al sexo y edad. En muchas sociedades tradicionales, las esposas toman los alimentos que han preparado acompañadas de sus hijos más jóvenes, de ambos sexos y con sus hijas mayores, y suministran a los hombres e hijos mayores porciones específicas. Excepto en las sociedades en las cuales la pureza es un asunto importante, los comensales a menudo eligen sus alimentos tomándolos de un plato común, siguiendo una etiqueta estricta. Recipientes especiales son provistos para extraños o individuos que son considerados material o simbóli-

camente peligrosos, como personas enfermas, mujeres menstruando, ancianos, aquellos que pueden ser sospechosos de hechicería o simplemente extranjeros. En otras sociedades se sirven porciones individuales en platos separados.

Las comidas ordinarias ofrecen a los miembros de la familia la oportunidad cotidiana para comunicarse y cumplir una función importante en el proceso de socialización. Puede percibirse como una representación repetitiva, en la que cada miembro de la familia, hombres y mujeres, interpreta su propio papel y demuestra su estatus.

Comidas festivas

Éstas implican una cocina más elaborada y algunas veces involucran personal especializado. Hay registro de la existencia de cocineros (hombres) en China desde la dinastía Shang, en el siglo XVIII AEC (Chang, 1977: 11). En sociedades menos sofisticadas, las comidas festivas ofrecen la principal oportunidad para consumir alimentos. Involucran a grupos de varios tamaños, que van desde el grupo familiar —o individuos específicos del mismo— hasta grupos tan grandes como comunidades enteras involucradas en ceremonias públicas, basadas en el clan o patrocinadas por el Estado. Estas ceremonias pueden ser conmemoraciones periódicas o celebraciones ocasionales. De igual manera, es posible distinguir entre aquellos que ponen énfasis en el aspecto festivo o en el profano, como el invitar a los vecinos a comer; y aquellos que acentúan el aspecto ritual o sagrado, como compartir la carne de un animal sacrificado durante una festividad de comunión. Las comidas por festejo social ponen el acento en el prestigio y la competencia encubierta: «luchando con la comida» (Young, 1971). Las celebraciones rituales demuestran la adecuada comunicación con lo sobrenatural y afirman en los participantes el sentido de pertenencia al grupo. Estos dos aspectos, por supuesto, no se excluyen uno al otro, pero la distinción entre las comidas rituales y las profanas conserva su importancia para el condicionamiento de actitudes y conductas hacia la comida y así marcar el tono emocional del evento. Es probable que el arte culinario más elaborado se haya originado a partir de las celebraciones rituales, como ha sido demostrado por Chang (1977: 35) con datos chinos antiguos. Las comidas rituales se llevan a cabo, usualmente, entre el grupo familiar o dentro del marco territorial de la comunidad.

Las celebraciones sociales pueden tener lugar fuera de casa, en lugares más profanos, como el «centro» de la comunidad o en el mercado. Aquéllas han generado una cocina profesional, que va desde los puestos del mercado hasta los restaurantes de gastronomía más sofisticada. No obstante que existe un flujo continuo en ambos sentidos, entre la cocina casera y el suministro profesional —debido a razones de índole técnica y a las limitaciones de tiempo—, la gama de platillos es diferente en cada caso. Un tipo adicional de comida que se consume fuera del hogar y que involucra una atención profesional, es aquella que se da en el lugar de trabajo o en la escuela. La alimentación colectiva en relación con actividades laborales o educativas está tomando una creciente importancia en estos días, debido a que refiere a la formación de hábitos alimentarios de acuerdo con la disponibilidad de tiempo, limitaciones económicas y la influencia de los compañeros.

Bebidas

Tanto las bebidas no alcohólicas, como los licores, tienen un lugar importante en los sistemas de alimentación y deben ser mencionadas en este trabajo (Heath, 1987). La preparación de cerveza y la destilación de alcohol son parte de muchos rituales. Las bebidas son, con frecuencia, consumidas fuera del hogar y sólo en raras ocasiones acompañan a las comidas ordinarias, como es el caso de una cierta cantidad de cocinas europeas. De manera similar, los aperitivos, la repostería y la fruta, son consumidas frecuentemente fuera de casa.

Refrigerios

Estos corresponden a sesiones de alimentación menos estructuradas, que tienen lugar fuera de las horas de comer y que van desde alguna fruta o nuez ocasionales, tomadas de la huerta o arbusto, hasta los refrigerios ligeros, consumidos por los granjeros a media mañana; o el típico refrigerio de las once o la hora del té en lugares bajo influencia británica. Asimismo, deben ser mencionadas aquí las comidas que se realizan durante un viaje o el «coma-mientras-camina».

La organización de las comidas tiene consecuencias biológicas y resulta en varias categorías de consumidores que tienen diferentes accesos a la comida, tanto de manera cualitativa como cuantitativa. Las comidas tradicionales

familiares pueden ser descritas como representaciones fijas, en las cuales el jefe de familia (por ejemplo el macho dominante), recibe usualmente «la parte del león», y en donde los otros consumidores reciben comida en proporción a su situación, en la medida en que está definida culturalmente. En muchos casos los hombres resultan favorecidos en comparación con las mujeres, los adultos en relación con los niños y los ancianos en relación con los hermanos jóvenes. Las diferencias resultantes en cuanto al estatus nutricional no necesariamente mejoran las aptitudes biológicas de la población en su conjunto. Entre los masa de Camerún, algunos hombres adultos tienen acceso privilegiado a la leche y consumen grandes cantidades de gachas de sorgo durante la sesiones de engordamiento (Garine y Koppert, 1991), mientras que las mujeres y los niños, de quienes depende el éxito reproductivo de la población en conjunto, reciben una dieta más pobre y, en consecuencia, pagan un precio más alto en morbilidad y mortalidad. De manera similar, la expectativa de una vida más corta entre las mujeres de la India (Naik y Bardhan, 1974) se debe parcialmente a sus limitaciones en el comer, en favor del macho que provee los recursos de la familia. Entre las sumamente empobrecidas poblaciones en Centroamérica (Scrimshaw, 1978: 193) o en India (Mitra, 1974: 47), los niños enfermos que responden de manera decreciente a la estimulación materna, reciben progresivamente menos atención y menos alimento, lo que resulta en una mortalidad infantil que podría ser evitada.

En la vida cotidiana, las amas de casa tienen que enfrentar constantemente alternativas para la distribución de la comida. Brown (1983) muestra la manera en la que, en Chad, las mujeres *nad* de un medio poligámico, son confrontadas diariamente con decisiones delicadas: ¿debe favorecer a sus propios hijos o dar algo a sus coesposas? ¿Debe ser parcial hacia su esposo o hacia sus hermanos? Las decisiones que tome no van a satisfacer a todos, incluso si las objeciones no son expresadas abiertamente. En la distribución de los alimentos, la práctica social desafía constantemente las normas colectivas más o menos establecidas. A este respecto, las comidas podrían ser interpretadas como dramas sociales, en los cuales, la composición sociométrica del grupo puede interactuar con el modelo tradicional de distribución de alimentos. Consideraciones de parentesco, alianzas, residencia y estatus interactúan todas entre sí al mismo tiempo, tanto como las de amistad y amor. Estas vinculaciones emocionales pueden cortar y destacar, a través de la red normal de los nexos sociales,

los eventos de la historia personal de cada individuo. La acción de compartir alimentos está obviamente relacionada con los vínculos sociales, pero sería inútil preguntar si el compartir crea relaciones o es la manifestación de una ya existente. Tal como Mauss (1950) mostró en su clásico estudio sobre los regalos, el atributo de la comida es su circulación: establecer la comunicación y el intercambio recíprocos; y va en paralelo —y con frecuencia acompaña— a la circulación de mujeres, entre las cuales descansa, de acuerdo con Lévi-Strauss (1949: 40), la naturaleza de la sociedad humana.

Hablando sociológicamente, ¿cuál es el papel de las comidas y de compartir alimentos? Existe una abundancia de datos etnográficos que muestran cómo el compartir alimentos sirve para conferir, tanto como para demostrar, la situación y el papel de cada individuo, no sólo entre los vivos sino también en relación con el mundo sobrenatural. Todos son conscientes de los muchos —y a veces conflictivos— niveles que deben ser considerados. A la fecha, nadie intentaría reconocer diferentes tipos de sociedades, definidas globalmente, con tipos de repartición dominantes, desde la asociación en grupos cara a cara, a la reciprocación precisa en estructuras más grandes, como lo intentó hacer Cohen (1961: 323), por ejemplo. Muchos autores han descrito la repartición de los cazadores-recolectores en términos apolíneos, pero las cosas no son tan sencillas. No debemos olvidar a Cephu, el pigmeo villano del libro de Turnbull (1961: 88), quien estaba constantemente tratando de obtener ventajas sobre sus compañeros. Los conflictos entre intereses y deseos individuales opuestos se arrastran lenta y cotidianamente dentro de cualquier esquema de repartición de alimentos, dejando fuera cualquier aplicación sencilla de los principios generales, como la «conciencia colectiva» de Durkheim o el imperativo genético —postulado por la teoría sociobiológica— de comportarse con altruismo hacia el congénere que lleva en sí copias de nuestros propios genes.

Tendencias Contemporáneas

Hoy, la dieta humana y la nutrición están experimentando profundos cambios. Aunque parece que los recursos alimentarios del planeta no aumentan como lo hace la población, la situación varía entre países, regiones, poblaciones y grupos sociales. La distribución de los recursos alimentarios entre las áreas del mundo ricas y productoras de alimentos, y los países subdesarrollados y subnutridos,

está determinada por incentivos utilitarios y es, por lo tanto, asimétrica. Sin embargo, el mundo se parece cada vez más a un ecosistema común, en donde la comunicación y el transporte están generalizados, y en el que cualquier evento local puede, en última instancia, tener repercusiones en el resto del planeta. La humanidad está, por lo tanto, orientándose hacia un patrón global de vida y de comportamiento alimentario bajo la influencia de las civilizaciones industriales dominantes. Esto no significa que las diferencias regionales vayan a desaparecer, ni que ya no sea posible encontrar cazadores-recolectores o pastores nómadas, pero estos estilos de vida están siendo progresivamente marginados, en la medida en que caen bajo la influencia del sistema mundial.

¿Cuáles son las características de este sistema en el campo de los alimentos y la nutrición? La producción, transformación, almacenamiento y distribución de los alimentos han experimentado tal nivel de avance tecnológico, que a la fecha es posible consumir, en cualquier parte del mundo, cualquier clase de alimento en cualquier cantidad, en cualquier época del año, asumiendo que los consumidores potenciales tienen a su disposición el dinero para obtenerlo. La monetización de la economía, incluyendo el área de los alimentos, es una tendencia general, pero muy raras veces es suficiente para proporcionar el cumplimiento armonioso de las necesidades dietéticas y los deseos de todos. Los ingresos son demasiado bajos y demasiado irregulares, y con frecuencia las prioridades asignadas a la compra de alimentos no son suficientes para asegurar la adecuada nutrición de todos los miembros de la familia. En muchas partes del mundo la introducción de los cultivos comerciales ha contribuido a la eliminación de la producción local de subsistencia, sin proporcionar ningún sustituto satisfactorio. Los consumidores, incluyendo a aquellos de las áreas rurales, tienen que usar dinero —que no manejan tan bien como sus tiendas de alimentos— para comprar su comida a fuentes externas. Esto ha cortado muchos de los lazos emocionales que relacionaban a la gente con su pan y su entorno cotidianos. Estos apegos son devueltos a la vida en celebraciones especiales como el Sabbat, el Día de Acción de Gracias, etcétera; muchas minorías y grupos de inmigrantes conservan una serie de platillos reconfortantes y emblemáticos. Y aun así, en la mayoría de los casos la comida se ha convertido en un artículo profano que puede ser manipulado a voluntad, e incluso robado en caso de muerte, algo que fue inconcebible *in illo tempore* por el temor a una sanción o castigo sobrenaturales. La comida

es hoy utilizada no sólo para satisfacer las necesidades nutricionales, sino por puro placer y para demostrar una categoría y «distinción», por usar el término de Bourdieu (1979: 209), siguiendo un amplio rango de criterios, el primero de los cuales es el poder adquisitivo. En las ciudades modernas, tanto como entre las poblaciones tradicionales, la comida sigue siendo un área a través de la cual, la gente demuestra y gana prestigio.

La comunicación permite hacer comparaciones, no sólo entre grupos vecinos, sino sobre una base mundial, entre sociedades enteras, civilizaciones y formas de vida. Hasta hoy el mayor principio determinador de tendencias ha sido el de la cultura occidental protestante urbano-industrial. Grandes empresas de alimentos han diseminado su producción alimentaria por todo el mundo; proveedores de comida rápida están presentes en todas partes y es el mismo caso el de los refrescos embotellados. Esta hegemonía está siendo ligeramente desafiada por la civilización del sur de Europa y el Mediterráneo, más indulgente en cuanto a los alimentos: con su estilo propio a través del cual el conocimiento de la *haute cuisine* y de la degustación de vinos, se está convirtiendo en un activo social universal. Por otra parte, al mismo tiempo que su ideología, el renacimiento y difusión del Islam también está transmitiendo actitudes distintas en relación con los alimentos y el comer.

En los países en desarrollo, los cambios en el comportamiento alimentario no siguen exactamente los modelos occidentales, pero reciben el impacto de los grupos locales que definen las tendencias. En Senegal, por ejemplo, los hábitos alimentarios son influenciados por el estilo urbanizado de Dakar, en donde la cultura tradicional *wolof* es dominante. Los hábitos alimentarios cambian de acuerdo con patrones generales, pero toman su forma a partir de la cultura líder local. Al mismo tiempo, la fusión de culturas regionales con entidades nacionales, así como el acceso a la educación moderna, el conocimiento profesional y las utilidades, irrecusablemente llevan a las clases sociales a tener mucho en común, incluyendo hábitos alimentarios, independientemente del origen de sus miembros.

La disponibilidad y el buen sabor de las comidas modernas han dado lugar al surgimiento de la tendencia dominante de comer por el sólo placer de hacerlo, de comer en demasía y de adoptar un tipo de dieta en la que predominan las grasas, los azucares y las proteínas animales, mientras que el contenido de fibra de los alimentos se reduce. La *grande cuisine française,* codificada por

chefs como Carême (1847) o Escoffier (1957 [1903]), que se extendió por el mundo entre las clases pudientes durante los últimos dos siglos, como un signo de supremo refinamiento (Brillât-Savarin, 1885; Aron, 1973), haría desfallecer a un nutriólogo profesional moderno. Hoy la declaradamente dietética *nouvelle cuisine* (Bocuse, 1976) es constantemente desafiada por estilos más permisivos. La vida moderna, particularmente en las ciudades, no proporciona suficientes oportunidades para hacer ejercicio y consumir energías, como para compensar una dieta pletórica que contradice completamente el ideal de un cuerpo esbelto. El resultado es un sobrepeso generalizado y la prevalencia de todo tipo de padecimientos, como las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, la anorexia nerviosa o bulimia; se trata de un patrón que ha sido expedido a sociedades en proceso de aculturación, como la samoana (Baker *et al.,* 1986) y a las minorías mexicanas o indias en los Estados Unidos, como los *pimas* (Danforth *et al.*, 1981). Pero al mismo tiempo, una cierta uniformidad dietética se está extendiendo, debido a limitaciones de tiempo y dinero, y a la búsqueda de comidas nutritivas, fáciles de preparar y sanas. Nuevos alimentos —preparados o no— aparecen todos los días en el mercado, y restaurantes gourmets abren al lado de bares de comida rápida. Clubes para la degustación de vinos proliferan al lado de círculos de filosofía oriental, que promueven el consumo de arroz integral y brotes de bambú y, al mismo tiempo, los movimientos verdes hacen campaña contra los agronegocios. Probablemente existen tantas personas que consideran que la «época dorada» era cuando la abuela tenía tiempo de cocer a fuego lento guisados hechos de productos naturales caseros, como los que tienen fe en el futuro y la modernidad, y en comidas puras y racionales que rechazan los arcaísmos rústicos. Por lo que se refiere al comportamiento relativo a la alimentación humana, esta ambivalencia contemporánea tiene su origen en el constante traslape entre las preocupaciones utilitarias y simbólicas. Lo que este comportamiento expresa, a través de sus innumerables formas culturales, es la ansiedad relacionada con la comida, de una especie dotada de auto conciencia y sujeta, como criatura omnívora, a lo que Rozin (1976) —siguiendo a Bateson— llama «el callejón sin salida», ya que tiene que balancear, en la elección de alimentos, el conservadurismo contra la innovación, la seguridad contra la aventura.

A la vez, las restricciones de tiempo, la intensificación del trabajo y la competitividad y agresividad del entorno urbano, crean tensiones que pueden ser parcialmente apaciguadas mediante la reconfortante ingestión: entregándo-

se a la comida, a las bebidas alcohólicas y a las drogas. En un mundo en el que los inmigrantes y los grupos que experimentan el cambio cultural constituyen el grueso de los estratos socioeconómicos en desventaja, la anomia, la inseguridad y la baja estima son fenómenos generalizados. El alcohol ofrece una catarsis y la oportunidad para la convivialidad. Y es posible que se convierta, a escala mundial (Heath, 1987), en un problema mucho más importante que la desnutrición. Durante el siglo diecinueve, en respuesta a la explosión de la forma de vida urbana-industrial y como una herencia del puritanismo (Mennell, 1985: 106), apareció la doctrina del «comer moralmente», precisamente diseñada para mejorar las virtudes de las miserables clases trabajadoras, cuya hambre iba a ser satisfecha sin desperdicio ni placer.

Hoy en día, la «comida saludable» se ha convertido en un tema de campaña y en un remunerativo argumento de publicidad en muchas sociedades adineradas. Se espera que el hombre moderno se convierta en un consumidor dietético racional. Se supone que debe sintonizar sus deseos con sus necesidades, de acuerdo, tanto con los estándares científicos actualizados de salud, como con la capacidad de producción de alimentos del mundo. Debe satisfacer sus verdaderas y moderadas necesidades nutricionales mediante una dieta que es más bien neutral, aunque es inducido a seguirla mediante una campaña de publicidad que apela a sus sensibilidades emocionales.[6]

Observaciones de las tendencias de grupos dominantes de nuestra sociedad a escala planetaria, muestran que se han dado cambios materiales que pueden tener efectos biológicos, como la desaparición de los ritmos estacionales de alimentación, la influencia de las restricciones de tiempo en la preparación y el consumo de las comidas, y la cada vez mayor contaminación de los alimentos. En otro ámbito, en el campo social, la vida cotidiana puede haber incrementado la influencia de los semejantes, en comparación con la de los familiares, en la adquisición de hábitos alimentarios; y el ver televisión durante las comidas ha reducido la comunicación entre los miembros del grupo familiar. De cualquier manera, las modas pasajeras en la comida y los «clubes del gusto» están floreciendo, ahí donde el «conocimiento» y las actitudes en cuanto

6 Ya que los hábitos alimentarios son aprendidos principalmente en una edad temprana de la vida, nada está más allá del control de un despiadado programa educacional a nivel mundial.

a la comida determinan la membresía. Desde la época de los cazadores-recolectores y posiblemente de los simios carnívoros, la alimentación no ha perdido ninguna de sus funciones no nutricionales, esto es, establecer comunicación entre individuos y grupos, y contribuir al bienestar psicológico, haciendo disponible un siempre presente contrapunto para la translación de la eternamente renovada riqueza de las habilidades simbólicas humanas. Parafraseando a Mauss (1950: 147) el comportamiento alimentario de los seres humanos es hasta la fecha un «fenómeno social total», que no puede ser reducido a simples consideraciones biológicas.

Traducción del inglés de Sergio Gama.
Revisión de Bárbara Gama y Ricardo Ávila.

De la antropología de la alimentación como herramienta de conocimiento[1]

El debate que se concede a la primacía de los aspectos materiales e ideales de la realidad humana no es ajeno al ámbito científico francés. Éste ha sido marcado por cierta hegemonía de la escuela estructuralista, de cara a los partidarios de una ecología cultural más próxima a las ciencias de la naturaleza. Como lo escriben Descola y Palsson (1996: 1), la tendencia parece hoy invertirse instaurándose una cierta desconfianza, de cara a la ponderación exclusiva de aspectos no materiales, sin duda más que presentes en la realidad humana. Por tanto se impone una postura moderada que dé cabida a la práctica (Descola, 1986: 11). No es válido pretender un entendimiento de las estructuras profundas de la realidad social a los pocos meses de estancia en una población de la ni siquiera se domina el idioma, como tampoco lo es conformarse con una descripción de las características de un objeto con lujo de detalle y su facultad para responder a las exigencias materiales del entorno o al comportamiento gestual que desata, sin preocuparse por los aspectos simbólicos que entraña.

1 Publicado en Pelras, Christian (2010). *Matières, manières et sociétés: hommage à Hélène Balfet*. Provenza: Publications de l'Université de Provence, pp. 195-206.

Tecnología cultural

> «... un hecho material es más prisionero de una causalidad exclusivamente material, que una creencia lo sería sólo del encadenamiento de ideas. Por el contrario, hay que devolver al primero al sistema de pensamiento [de que se trate] y al segundo hay que situarlo en el mundo de lo concreto» (Juillerat, 1986: 11).

Leroi-Gourhan ha hecho escuela insistiendo en la necesidad de un enfoque total, avanzando de la realidad material hacia los campos abstractos de la cultura: «en todo caso, no olvidemos que una tecnología etnológica no puede tener como objetivo el sólo estudio de las técnicas, sino más bien el estudio del hombre a través de sus actividades técnicas» (Leroi-Gourhan, 1960). A lo que añade: «un estudio suficientemente exhaustivo [...] establece una buena plataforma para comprender el hecho étnico total» (Leroi-Gourhan, 1965: 6).

Por su parte, Lemonnier (1992: 51) ha planteado que «la existencia y la perspectiva de las opciones tecnológicas es un problema que va más allá de las necesidades inherentes del mundo material o de la lógica física interna de cualquier cultura material. Estas opciones aparecen donde los problemas tecnológicos enfrentan fenómenos sociales no tecnológicos [y] son arbitrarias, al menos desde un punto de vista tecnológico y físico».

Este último enfoque libera a la antropología tecnológica de la sospecha funcionalista que conserva la noción de tendencia «como un movimiento del medio interior que progresivamente asume el medio exterior, haciendo descubrir en cada problema al que se enfrentan los hombres en la explotación del medio natural, la solución más satisfactoria que sea posible alcanzar con los medios disponibles» (Balfet, 1975: 46). No es seguro, tampoco, que «entre todas las actividades de los hombres, las técnicas sean [...] las únicas que jamás vuelven a su punto de partida [y que] progresan acumulativamente por mejoramiento insensible» (Leroi-Gourhan, 1960: 66) Las técnicas pueden degenerar y perderse.

Finalidad de la alimentación

El problema consiste en saber si los sistemas simbólicos inventados por la cultura responden a las exigencias de la existencia biológica, a la obtención de una adaptación biológica general (aptitud inclusiva),[2] o también saber si pueden responder a las diferentes expectativas del ámbito de la cultura, que no aseguran en principio una adaptación a las limitaciones materiales (Garine, 1990). ¿En qué medida la función emblemática de un hecho tecnológico posee un valor adaptativo con sentido evolucionista? Puede incluso tener una incidencia biológica negativa. ¿En qué medida las restricciones dietéticas de los productos de origen animal (excepto leche, mantequilla y a veces huevos) contribuyen positivamente al nivel nutricional de los consumidores hinduistas en la India? En sociedades donde la alimentación es pletórica y el gasto energético reducido, y existe tendencia hacia los alimentos grasos y azucarados, así como la inclinación al alcohol y las drogas, éstas no son favorables, a priori, para el bienestar biológico. Son satisfacciones de otro orden y cuya definición no es cosa fácil. La alimentación constituye un campo interesante de reflexión sobre estos aspectos.

La alimentación corresponde a la satisfacción de una necesidad primaria del hombre: su nutrición. Es vital, «pero refleja [también] sistemas de significación de alto nivel que están estrechamente vinculados a un sistema simbólico más amplio que opera dentro la cultura» (Speth, 1992: viii). Cualesquiera que sean los debates de la moda antropológica contemporánea, no se puede escapar a este «dilema común e insoluble de los antropólogos como de los historiadores, que es llegar a reproducir al *otro*, separado de nosotros por el espacio, el tiempo y las costumbres culturales» (Schama, 1996: 134). La alimentación se sitúa en un campo fértil para la comprensión de las sociedades humanas, de esta «personalidad étnica» a la que se refería Leroi-Gourhan (1965: 119), pero que a menudo queda opaca.

Tecnología alimentaria y organización social

De modo más modesto e inmediato, la realidad material es «esa parte más asible del estilo de vida a través del cual se exterioriza una cultura» (Balfet, 1975: 44).

2 En inglés en el original (N. del E.).

Una parte importante de la actividad humana se orienta hacia la búsqueda alimentaria. La adquisición, la producción, el almacenamiento, la conservación, la tecnología alimentaria —que engloba operaciones que van del granero a la cocina—, la comercialización, la preparación culinaria, el consumo, son comunes a ámbitos esenciales donde operan cadenas técnicas complejas.

Ellas permiten «hacia arriba», poner en contacto conocimientos que remiten a las etnociencias, la etnobotánica y la etnozoología. Implican también operaciones técnicas que reflejan la organización social, el estatus de las amas de casa y del consumidor. Hay que pensar que los trabajos de Richards (1932) sobre los *bemba* siguen siendo un intento desigual para mostrar las relaciones que existen entre el campo de la alimentación, la organización social y los sistemas simbólicos (Moore y Vaughan, 1994: xii).

«Hacia abajo» las cadenas técnicas complejas permiten penetrar, desde cualquier perspectiva y con mayor profundidad, el ámbito de las representaciones simbólicas. «Las actividades materiales constituyen un buen camino para acceder a fenómenos de aprehensión menos directa que aquello que se puede ver y tocar» (Balfet, 1975: 64). La alimentación pone en movimiento cadenas técnicas complejas identificables en el tiempo y en el espacio; una realidad material sólida cuyo análisis es sutil y fructífero. Pensemos en los procesos técnicos que en África permiten la elaboración del alcohol de sorgo, o bien en la elaboración de un platillo tradicional mexicano: *el mole poblano*; éste se prepara con muy numerosos ingredientes, y durante varios días, mucha energía de parte de las cocineras. Tal explica que hoy en día no sea casual conseguirlo en polvo o en pasta, empaquetado en bolsitas, para lograr su preparación rápida, la cual ya no descansará en la sujeción y confinamiento del ama de casa y sus cazuelas para obtener el éxito técnico del platillo, así como la renovación de su prestigio. Por el contrario, como lo escribe Balfet (1975: 63) «¿quién, de suyo, puede estar seguro, a priori, de que no encontrará a la vuelta de un mito, alguna cáscara que parezca tener un papel enigmático en la fabricación de cerámica...?».

Alimentación y simbolismo

La alimentación es un campo de estudio que se sitúa entre los límites de la *naturaleza* y de la *cultura*. Así, es posible documentar desde la identificación botánica de una planta que alimenta hasta su transformación culinaria, su con-

sumo doméstico, sus usos sociales y religiosos y su relación con las concepciones metafísicas del grupo social en cuestión. El pan y el vino, cuyo origen es vegetal, son producto de complejas operaciones técnicas que culminan con su consumo; éste tiene una función nutricional, de igual forma tiene también una función social. Estos alimentos los encontramos en la literatura, en la religión y en la metafísica. ¿No participan acaso en la esencia del cuerpo de Cristo? y ¿su consumo en la comunión no renueva para los católicos y los ortodoxos una alianza fundamental? Podemos intentar dar una rápida visión de conjunto de los ámbitos de lo simbólico, cuyo análisis es posible a través del estudio del fenómeno alimentario.

El alimento como lazo

Los alimentos contribuyen a establecer lazos sociales entre los individuos en la inmensa mayoría de las especies animales. Goodall (1965) y Teleki (1973) mostraron cómo la repartición de la carne ayuda a establecer y exhibir las relaciones sociales entre los chimpancés. Los especialistas de la ecología humana son partidarios de señalar la importancia que tiene el prestigio alimentario dentro de la elaboración de relaciones entre los niños (Eibl-Eibesfeldt, 1979: 11); Nos gusta comparar a los primates no homínidos con los niños (Garine, 1978; Winterhalter, 1996). Imaginamos la complejidad de engranajes en movimiento y las representaciones que giran en torno al don y al compartir el alimento, «fenómenos sociales totales» (Mauss, 1950 [1925]: 147) en las sociedades humanas, que son motores esenciales de la sociabilidad. Las formas del compartir alimentario determinan en cada cultura la tonalidad de las relaciones sociales. Sahlins (1972: 185-277) ha profundizado en la sociología de estos intercambios, cuya gama va de la hospitalidad total hasta el egoísmo y el recelo furioso. Brown (1983) mostró en su obra *Nourrir les Gens, Nourrir les Haines*, sobre los *sara Nar,* la complejidad de las estrategias que una ama de casa debe desplegar para satisfacer a los miembros de su grupo doméstico, sus vecinos, sus afines y consanguíneos. El *Ensayo sobre el don* de Mauss (1950) es demasiado conocido para que se diga más sobre la posición privilegiada que ocupan los alimentos en la creación de las relaciones de intercambio y reciprocidad. Se refiere, por ejemplo, al código védico: «es naturaleza del mismo alimento el ser compartido» (Mauss, 1950: 245). Lévi-Strauss (1949: 40) ve un paralelismo entre la

prohibición del incesto y el flujo de intercambios sociales que ello genera, un paralelo entre las mujeres y los alimentos, los cuales deben ser distribuidos según las reglas establecidas. Asimismo, resulta superfluo subrayar el papel que desempeñan los alimentos en el establecimiento de lazos con el mundo del más allá a través de las ofrendas, sacrificios y su consumo ritual.

El consumo alimentario constituye un contrapunto para la inmensa mayoría de los acontecimientos sociales, tanto en el ámbito del hogar, como en el de una nación, o en el de la comunidad religiosa que le sobrepasa. Estos episodios son los que han sido estudiados con mayor frecuencia por los antropólogos.

El alimento como marcador

Paralelamente a los lazos que establece, el alimento desempeña un papel de marcador. Corresponde a lo que Lévi-Strauss (1983: 15) llama la «preocupación de cada cultura de oponerse a los que le rodean, de distinguirse entre ellas, en otros términos de ser ella misma». Es en relación con este aspecto que es posible referirse y explicar, por ejemplo, las razones por las cuales los *masa* de Guisey se negaron, hasta hace poco, a utilizar el sorgo trasplantado de temporada seca (*Sorghum durra*), del que ya conocían el cultivo y cuya cosecha habría, sin embargo, atenuado el periodo de escasez de alimentos que afecta su ciclo anual. Desafortunadamente se trata de un rasgo característico de la cultura tupuri, frente a la cual los masa exhibían un cierto desdén: «no son serios»; así como una cierta repugnancia en el ámbito gastronómico: «comen las patas podridas de reses y perros». Agréguese a esto el hecho de que el sorgo trasplantado es uno de los alimentos básicos de los *foulbé*, sus enemigos acérrimos. Por lo tanto, las consideraciones que subyacen a este tipo de decisiones, dependen más del orden cultural, que del evidente beneficio nutricional en términos de adaptabilidad biológica.

En una perspectiva análoga, Lemonier (1992: 57) habla de la arbitrariedad tecnológica a propósito de los *anga* de Nueva Guinea, quienes se rehúsan a aprovechar un tipo de flecha más eficaz que el suyo, pues proviene de sus vecinos, aún a pesar de tener lazos familiares con ellos.

Identidad simbólica

El principio de la consubstancialidad simbólica entre el alimento y su consumidor es constante. Brillât-Savarin (1885: 1) escribe: «Dime lo que comes y te diré lo que eres». En el plano social, el consumo de los alimentos funciona simbólicamente como marcador, según distintas situaciones. Por ejemplo, el grupo biológico es delimitado por la edad, el sexo, el estado de salud, así como por la alimentación infantil, la de los ancianos, la de las mujeres embarazadas o en período de lactancia o la de los enfermos de lepra. También existe la situación de los grupos de parentesco, en el seno de los cuales los tabúes alimentarios manifiestan explícitamente la exogamia. En cuanto a las clases socioeconómicas, los alimentos son una de las manifestaciones que evidencian el prestigio social. Uno de los criterios que sirve para establecer *la distinción* se lee en la sentencia que sigue, de Brillât-Savarin (1985: 1): «… el hombre come, el hombre sofisticado sabe comer». Es este mismo autor el que inventó las «muestras gastronómicas» con el fin de evaluar el estatus de los individuos a través de su cultura culinaria y proponerles los manjares adecuados, coincidiendo en esto con Bourdieu (1979). Hay alimentos de pobres y de ricos, de hombres libres y de esclavos, de parias o de grupos que se consideran infra humanos, y que se caracterizan por el consumo de alimentos que la clase dominante juzgan asquerosos. Es a través del consumo alimentario que se establece la distinción entre hombres normales —los «verdaderos hombres»— y los bárbaros que consumen alimentos repulsivos, indignos de un ser humano dotado de un estatus social reconocido. Para los pobladores de los bosques africanos hay los alimentos de pigmeos, que para el hombre blanco son alimentos de aborígenes.

El rol de las prohibiciones alimentarias

La percepción que los individuos tienen de la posición de su grupo en la sociedad y en el cosmos, así como la que tienen de su propia situación en el seno del grupo al que pertenecen, en ocasiones se manifiesta a través de las prohibiciones alimentarias, dentro de las cuales existen numerosos matices. Sin duda, los tabúes alimentarios a menudo explican la exogamia en el seno de un grupo de parentesco; sin embargo, las prohibiciones alimentarias pueden reflejar la pertenencia a muy numerosos grupos. Según nuestra lógica, pueden clasificarse

dependiendo de la importancia del grupo sobre el que influyen. Las prohibiciones varían, desde las abstinencias personales que se sustentan en una historia íntima, hasta las que se aplican a porciones nada despreciables de la humanidad, como la restricción hacia la carne de cerdo impuesta por el islam y el judaísmo. Hay que añadir que estas prohibiciones pueden ser permanentes o temporales.

Es en la riqueza de estos fenómenos brevemente mencionados y que son parte del ámbito de la cultura, en donde se inserta la antropología de la alimentación. Del mismo modo que la tecnología cultural, la antropología de la alimentación va del estudio de la cultura material a los sistemas de representación. Aborda un campo lo suficientemente trivial como para poder llegar, a través de él, al estudio de ámbitos mucho más profundos, como el de la metafísica, evitando de ese modo despertar alguna hostilidad entre los entrevistados, que pudiese ser motivada por las preguntas del estudioso y que pudiesen juzgarse intempestivas.

Valor biológico

La alimentación permite acceder, también, a otros campos de estudio, además de los de la cultura. Más allá de la tecnología cultural, la alimentación posee una dimensión biológica esencial. Según la fórmula alemana «el hombre es lo que come», no sólo en el plano simbólico, sino, igualmente en el ámbito material. En el plano biológico, los alimentos constituyen la sustancia del cuerpo, mantienen su composición bioquímica y le proporcionan la energía necesaria para su metabolismo y actividad.

Las funciones biológicas de los alimentos han sido objeto de una reflexión más o menos explícita en diferentes culturas. Van del empirismo cotidiano —que concede a la noción de saciedad un lugar preponderante—, a la elaboración de creencias nutricionales que a menudo implican concepciones filosóficas. Debe evitarse conceder a ojos cerrados –como es la moda contemporánea– una validez material, en cierto sentido farmacológica, a estas sabidurías tradicionales en materia de nutrición.

En este orden de ideas, vale señalar la pertinencia del argumento de Douglas (1971: 55) sobre el tabú de los judíos respecto del cerdo, que constituiría una anomalía taxonómica ligada con la idea que los antiguos judíos tenían del mundo: el cerdo no «tiene pezuña hundida y no rumia». Un paso más en el

sentido de lo dicho: la triquinosis, a la que se atribuye el temor de consumir la carne de cerdo, fue identificada hasta 1860 (Grivetti y Pangborn, 1974: 635). Asimismo, se han mencionado otras interpretaciones no biológicas respecto de la relación conflictiva con ese animal, como la de Harris (1987: 74), la cual plantea la mala adaptación de la carne de cerdo al estilo de vida nómada de los judíos.

De cara a lo que Schama (1996: 134) llama «la habitual evisceración del análisis empírico occidental», es posible observar *corpus* médico-filosóficos, en los que la alimentación desempeña un papel esencial, como los de la medicina china, la ayurvédica o la galénica, en los que se busca lograr un equilibrio entre las necesidades del cuerpo y las del espíritu, y ajustar así la secreción de los humores a las características fundamentales de los individuos, tanto como a la época del año. Este tipo de creencia perdura, por ejemplo, en el vegetarianismo contemporáneo que permite adquirir respetabilidad moral y longevidad, como ya lo proponía el movimiento macrobiótico iniciado en 1796 por Hufeland, amigo de Goethe (Kühnau, 1970: 60). Es aquí donde se encuentran, por ejemplo, las oposiciones entre el calor y el frío, la gordura y la esbeltez, la materialidad y la brutalidad de los carnívoros, de cara a la espiritualidad, la sabiduría nutricional y la serenidad del vegetarianismo (Ossipow, 1995: 139). Es aquí donde se analizan las preferencias de la imagen física: esbeltez contra obesidad (Garine y Pollock, 1995). Así, la nostalgia y la fantasía coexisten con los conocimientos científicos; la esencia misma del ser humano se encuentra cuestionada. Pero es estando frente al platillo o en el curso de su preparación, que es posible abordar cómodamente estos aspectos.

Estatuto nutricional y cultura

El estado de nutricional condiciona materialmente el nivel de rendimiento físico que pueden alcanzar los integrantes de una sociedad dada; y sin duda, el entrenamiento algo tiene que ver con ello. Por ejemplo, los *tamang* de Nepal, a pesar de tener una dieta muy pobre en proteínas y de una la desnutrición infantil endémica, cuando disponen de una ración de glúcidos suficiente son capaces de transportar cargas excepcionales si logran bien escalonar los tiempos de las comidas a lo largo de su trayecto. No obstante, cabe la pregunta: ¿es igual la superficie que pueden escardar con azadón los campesinos de la sabana africana —bien

alimentados—, que la que se trabaja en los pueblos de la India, donde la ración de alimentos jamás pudo satisfacer las necesidades —teóricamente hablando— de los individuos en materia de nutrición? O siendo más audaces, ¿son iguales las expresiones de violencia en estas sociedades hambrientas comparadas con las de civilizaciones occidentales bien cimentadas, donde son comunes las peleas a puño limpio para la resolución de conflictos? Está de más insistir en el impacto de la alimentación en la morbilidad y la mortalidad de los diferentes grupos biológicos que constituyen una población y cuyo estatus nutricional no siempre es equivalente. Esta situación está presente en todas las sociedades, específicamente con los grupos que se consideran «nutricionalmente vulnerables»: mujeres embarazadas o en lactancia y niños en la primera infancia, cuya situación es desfavorable en relación a la de los hombres adultos.

Gasto energético y cultura

Evidentemente, el consumo alimentario proporciona a los individuos la energía necesaria para su actividad y en particular para llevar a cabo las cadenas operativas mediante las tecnologías que aseguran su subsistencia. Esto es particularmente evidente en sociedades anteriores a las máquinas, en las que la musculatura humana es el principal motor, lo que además, condiciona su capacidad de explotar el entorno natural que les rodea. Desde Odum (1971), los seguidores de la escuela de la ecología humana han adoptado —desde una perspectiva utilitarista— un modelo explicativo termodinámico. Al fijar su atención en los flujos de energía, han concedido especial atención a la alimentación. Los datos que se han recolectado son poco precisos, pero dan una idea cualitativa de los modos de vida y del ciclo alimentario anual. Es el caso, por ejemplo, de los trabajos de Lee (1979), quien realizó mediciones de carácter nutricional por medio de una muestra entre 215 !*kung san* de Botsuana, durante temporadas de escasez (octubre) y de abundancia (julio). Por su parte, Rappaport (1968) llevó a cabo un estudio cuantitativo entre los *tsembaga* de Nueva Guinea, concretamente del consumo alimentario de 16 personas durante 246 días. La naturaleza de estas encuestas no satisfizo a los especialistas en materia de nutrición, quienes, sin embargo, no han podido aportar alguna explicación al problema planteado en Nueva Guinea misma, en donde existen dietas muy

pobres en proteínas que, no obstante, no parecen tener consecuencias tan negativas como podría esperarse (Oomen y Corden, 1970; Fujita *et al.*, 1986).

Interés de las encuestas alimentarias

La combinación de una investigación cuantitativa sobre el consumo, el uso del tiempo y la antropometría nutricional sucinta, resultante de una muestra estudiada en diferentes periodos característicos del año, fue realizada por el antropólogo Pagezy (1988). La colaboración de un nutricionista versado en antropometría le aporta más precisión y certeza (Richards y Widdowson, 1939; Garine y Koppert, 1990). Independientemente de los resultados mismos de la investigación, un enfoque desde la antropología de la alimentación permite adquirir un buen conocimiento del entorno doméstico, de las actividades de las mujeres y de las variaciones estacionales en las actividades materiales y rituales. La investigación permite ir más allá de los estudios que, muy a menudo, sólo se centran en el hombre adulto, y esto, durante los periodos del año que le son más agradables al investigador. Una cuantificación significativa, aun si no es perfecta, permite ir más allá de las interpretaciones demasiado influidas por modas filosóficas pasajeras.

Cabe preguntarse si la existencia de datos cuantificables sobre el consumo alimentario no moderaría la visión idílica que dio Sahlins (1972) de sociedades de cazadores-recolectores que viven alegremente en la abundancia, sin que las fluctuaciones estacionales —propias de este modo de vida y que a veces amenazan su supervivencia— alteren su serenidad, como lo observaron después Scrimshaw y Young (1979: 51) a propósito de los *inuit* del noroeste canadiense, quienes habrían muerto de hambre si el gobierno de Canadá no hubiese intervenido.

Aspectos psicoculturales

Las últimas perspectivas con las que es posible estudiar la alimentación provienen de la psicología. La formación de la personalidad de un individuo tiene lugar, en gran medida, durante la primera infancia; en ese periodo las experiencias alimentarias juegan un rol importante. Estas influencias son labradas por la cultura que rige el aprendizaje del consumo alimentario. La escuela del psi-

coanálisis de «la personalidad básica» ha trabajado estos aspectos ampliamente (Bastide, 1950: 163). Du Bois (1951: 34-39), por ejemplo, ha demostrado —a propósito de los habitantes de la isla de Alor, en Indonesia— que las frustraciones alimentarias que se viven a temprana edad —el hecho de no ser alimentados apropiadamente durante el día, puesto que las madres están trabajando en el campo—, han sido un factor de peso en el tipo de personalidad neurótica que —según esta escuela— caracteriza a los miembros de esta sociedad. A la par de un psicoanálisis europeo marcado por los tabúes en materia de sexualidad de la sociedad judeocristiana del último siglo, tal vez podamos distinguir a las sociedades en las que el temor al hambre y a la falta de alimentos, también desempeñan un papel importante. Linton ha aludido a este tipo de ansiedad en las sociedades de las islas Marquesas (Kardiner *et al.*, 1945: 219), y más recientemente Lutz (1988: 90), en el ámbito de Micronesia. Las perspectivas de la escuela de la «personalidad básica» ya no están de moda, pero no por ello deja de ser cierto que exista algo así como un carácter étnico, al que se refería Leroi-Gourhan (1965: 119); un campo de estudio sensible que los antropólogos evitan abordar.

La «Personalidad alimentaria»

El bienestar biológico que acompaña el consumo de alimentos tiene un origen complejo. Se trata de los hábitos alimenticios de la infancia, marcados por la cantidad ingerida, la textura, el olor, el sabor de los alimentos que se consumen en esta época —sobre todo los alimentos básicos—, que contribuyen a forjar el paladar de cada individuo, las expectativas organolépticas de cada uno. La cultura influye profundamente sobre estos aspectos. Es por esto que las sociedades africanas tienen un registro viscoso: *okra* (*Hibiscus esculentus*), hojas verdes (*Cassia*), sésamo falso (*Sesamoides Cerathoteca*), «espinacas» de todo tipo, cuya función es, independientemente del gusto, la de permitir deslizar fácilmente por el esófago el bocado de un alimento compacto, a menudo harinoso.

Sin duda, existen las cocinas locales influenciadas por la cultura y podemos hablar de un consenso cultural sobre lo que es «bueno para comer», y que, en las sociedades más sofisticadas, pueden estar formalizadas en una gastronomía. Esto se sustenta, en realidad, en una nebulosa de factores que —independientemente del gusto y en la medida en que es posible definirlo— dependen

de la tradición, de la historia, del conocimiento en materia dietética, de las preocupaciones filosóficas y religiosas, así como de las prioridades comerciales. Es una actitud del imperialismo cultural, lo que lleva a los cocineros, gastrónomos y seudonutricionistas, a hablar, como es el caso en Francia, de un «sabor justo» para los diferentes alimentos. Sin embargo, es más aceptable la noción de «verdadero sabor», el cual caracteriza a un alimento que se consume sin ser preparado. No obstante, ¿cuál es el «verdadero sabor» del durazno o de la manzana, el de la fruta natural o el que ofrece una vez que ha sido pelada? No podemos ser demasiado rotundos en este sentido, ya que la constitución fisiológica —los brotes de la lengua, por ejemplo— útil para percibir el sabor varía entre los individuos. La sensibilidad a la acidez, a lo dulce o lo salado, no es la misma para todas las personas. Sin embargo, podemos tratar de establecer las curvas de la percepción que varían según las culturas (Hladik y Simmen, 1996).

Patología alimentaria

La distinción entre lo normal y lo patológico en el ámbito del consumo es una cuestión de cultura. La percepción y la frecuencia de los comportamientos psicopatológicos son rasgos culturales que marcan la vida cotidiana. Empero, ¿la frecuencia de la anorexia y la bulimia en las sociedades del mundo occidental con alimentación excesiva, es la misma que en las sociedades que viven en la necesidad, como en África o en la India? ¿A partir de qué momento la delgadez aparece como patología a largo plazo, aunque pueda ser temporalmente normal? La imagen corporal de un niño desnutrido, con gran barriga y extremidades delgadas, ¿es alarmante en una sociedad donde el hambre es endémica? Y a la inversa, ¿en qué medida la gordura, e inclusive la obesidad son valoradas en las sociedades tradicionales? (Garine y Pollock, 1995).

Hedonismo alimentario

La frecuencia y la percepción de la conducta psicopatológica son rasgos culturales que marcan la vida cotidiana. En este sentido, la gula parece inmoral en culturas puritanas del norte de Europa, donde uno simplemente debe comer para alimentarse, so pena de «dejarse llevar» (*indulge*) (Mennel 1985:7); mientras que el placer de la boca es muy valorado en los países del sur de Eu-

ropa —Francia incluida— o en China. Se trata de orientaciones culturales, independientemente de la sensibilidad que se tenga respecto de los sabores. Es, además, un entrenamiento que presta atención a las sutilezas perceptivas que permiten apreciar la calidad de un vino, su color, la uva, su bouquet o su cuerpo. Estos son, a menudo, los consensos culturales implícitos que llevan a encontrar agradable el olor de la carne manida o el de los quesos fermentados.

Con todo, la dimensión biológica no puede ser ignorada. Según lo escrito por Le Magnen (1976: 328): «se observa [el desarrollo] en el hombre, de una conducta de autoestimulación sensorial, en la que el refuerzo por el placer sensorial sustituye a —y se impone sobre— la actividad limitante y reguladora de la satisfacción metabólica». Lo que caracteriza al hombre, a diferencia del animal guiado por su instinto, es que este hedonismo no está necesariamente alineado con una búsqueda innata, de cara a la óptima adaptación biológica, para obtener, considerando los recursos disponibles, una dieta nutricionalmente más eficiente.

No existe la sabiduría nutricional que los defensores de la ecología profunda o del evolucionismo rousseauniano postulan en el «buen salvaje». No hemos encontrado personas que, como «los *machiguenga* [de la Amazonia] hagan, pragmáticamente, un uso pleno de las posibilidades que en su entorno les permite un vivir sano» (Johnson y Baksh, 1988: 403). Muy por el contrario, algunas sociedades no construyen las mejores opciones nutricionales posibles. Los *gurage* de Etiopía tiene como pan cotidiano el plátano falso (*Ensete edulis*), que sólo proporciona hidratos de carbono a la dieta, aunque habrían podido hacer otra elección (Shack, 1966). En África, en el límite de la zona de la sabana y del bosque, la ecología permite cultivar, con un éxito similar, el maíz y la yuca. Los que eligen la yuca como alimento básico se ven obligados a procurarse en otra parte las proteínas requeridas por su dieta: en la caza o la pesca, por ejemplo. Muy a menudo las poblaciones africanas hierven durante demasiado tiempo las hojas verdes que consumen, lo que les priva de gran parte de su contenido vitamínico. En sociedades como la nuestra, donde el gasto de energía es limitado, la pulsión hacia los alimentos grasos o azucarados no apunta en dirección de una nutrición óptima. Todo lo que se puede escribir al respecto es que las sociedades, en función de los medios de que disponen, montan un régimen alimentario aceptable, no óptimo. Estos regímenes son más equilibrados unos

que otros, y no se puede excluir el hecho de que las selecciones alimentarias aberrantes hayan implicado la desaparición de algunas de esas sociedades.

Tal como lo escriben Hladik y Simmen (1996: 62): «Para los hombres son importantes las preferencias culturales que modifican la señal del sistema de percepción del gusto [...] Así, los pigmeos valoran la miel a pesar de su bajo nivel de percepción del sabor dulce, al grado de que, a pesar del peligro, trepan a los árboles entre furiosas abejas silvestres para recoger panales de miel». Es un componente de riesgo y de desafío, estrechamente vinculado con la imagen de éxito social, lo que lleva a algunas élites japonesas a un comportamiento que es, también, biológicamente aberrante; nos referimos al consumo de *fugu* (*Tétrodon osteichteyes*), un pez cuyo hígado y genitales contienen un veneno que puede causar la muerte si aquel es mal preparado.

Desde otra perspectiva, la búsqueda de un distanciamiento de la vida cotidiana y su estrés, a través de la ingestión, se observa en particular en nuestro mundo moderno. Está, por ejemplo, el placer de compartir el letargo causado por la ingestión de una buena comida. Asimismo, se puede pensar que el picoteo en el ámbito urbano —sobre todo en los Estados Unidos—, puede ser causado por un problema de inseguridad, frente a la agresión de la vida cotidiana. No podemos olvidar el papel desempeñado por las bebidas alcohólicas en la búsqueda del placer proporcionado por su ingestión (Garine y Garine, 2001). Hay muchas opciones arbitrarias de comida vis-a-vis de una optimización biológica, lo que es ocasionado por la naturaleza omnívora del animal humano y el peso que han ganado los factores culturales y psicológicos.

Evolución contemporanea

Debe subrayarse la importancia que tiene el factor psicológico. Si su carácter omnívoro siempre le ha brindado una gran variedad de alimentos potenciales, el hombre ya ha experimentado en el pasado la escasez de recursos locales, la limitación de los medios técnicos y un fuerte dominio de la conciencia colectiva. Hoy asistimos a la emancipación de tales limitaciones. En las sociedades industrializadas modernas, cuyo modelo se extiende por todas partes, el consumidor tiene opciones ilimitadas, incluso si no cuenta con los medios económicos necesarios. Los eventos propios de su historia íntima, tanto como de su psicología individual, tienden a ser dominantes frente a los factores de carácter

ecológico: piénsese en «la magdalena» de Proust.[3] Dicho lo anterior, se impone un enfoque de carácter estadístico si se desea identificar los patrones culturales.

Alimentación y afectividad

La alimentación nos hace penetrar en los dominios de la afectividad y de las emociones. Constituye una parte importante del bienestar biológico y psicocultural. Participa en la concepción de nociones como la felicidad o la desgracia, las cuales están profundamente marcadas por la cultura. Entre los masa y los *musei* de Camerún, la barriga llena y la ausencia de ansiedad alimentaria son —tanto como la pertenencia a un grupo aparentemente poderoso— las pruebas esenciales de bienestar. Ocurre lo mismo con los *ifaluk* de Micronesia (Lutz 1988: 129). En este punto no es del todo aventurado preguntarse, si lo que se piensa puede repercutir sobre el beneficio nutricional que se obtiene de lo que se consume, y viceversa, si lo que uno come influye sobre lo que se piensa.

La relación que existe entre la alimentación y la afectividad es una realidad cuyo estudio está apenas esbozado. Los episodios de estrés experimentados por numerosas sociedades en ciertas estaciones del año, tienen un importante componente alimentario. A propósito de los períodos de abundancia y escasez entre los pigmeos de Zaire, De Zalduondo (1989: 534) habló de «un estado de ánimo de temporada», que se considera apropiado desde una perspectiva cultural y que se manifiesta sobre todo vocalmente; por ejemplo, mediante la forma lastimera de hablar durante la temporada de hambre. Entre los masa de Camerún, el mes de hambre se llama *til yang angsuna*, que puede traducirse como: «mes ¿me has llamado a mí?», que refiere al oído atento que todos tienen, para escuchar el improbable llamado de una invitación a comer, en un período en el que todo el mundo se queda en casa para evitar el compartir o la mendicidad. En este orden de ideas, pero a propósito del totemismo, Lévi-Strauss (1962: 128) escribe: «las especies naturales no son elegidas porque sean «buenas para comer», sino porque son «buenas para pensar».

3 Referencia literaria que alude a un pasaje de la conocida obra de Proust *Por el camino de Swann*, en la que uno de los personajes recuerda, a través de una experiencia sensorial, un episodio de su pasado cuya figura principal era el sabor de una magdalena (N. del T).

Esta modificación de la tonalidad en las relaciones interpersonales y sociales se debe a la influencia de la alimentación sobre la vida cotidiana. Ella influye sobre lo que Folkman y Lazarus (1985) designan como «la energía física y mental» desplegada en las acciones realizadas y que repercuten en su éxito. Nos hemos esforzado en mostrar (Garine y Koppert, 1991) cómo las «curas» de engorda en las que participan los hombres masa de Camerún en temporadas de escasez de alimentos, y que, objetivamente, privan al resto de la comunidad de recursos alimentarios, probablemente tienen la función de mantener un estado de ánimo optimista y dinámico en la sociedad; un poco como el orgullo oculto de un pueblo por las proezas deportivas de su equipo de fútbol Trabajando con los *ntomba* de Zaire, Pagezy (1988) mostró la sutileza existente en las relaciones entre bienestar biológico y bienestar psicocultural (Garine, 1990); se trata del «hambre de carne».

Durante el temporal de lluvias, se observa una muy ligera disminución en el valor calórico de la dieta, pero una baja perceptible de las proteínas de origen animal. La carne fresca, altamente valorada, es reemplazada por carnes ahumadas y pescados, sin que el valor nutricional del régimen alimentario se vea disminuido. Pero esta modificación se traduce en una atmósfera dramática —melancolía entre los adultos e hijos llorando— y se nota una ralentización de la curva de crecimiento de los niños. Aunque las observaciones pertinentes están en el límite de validez estadística, no dejan de llamar la atención. Nos encontramos aquí frente a un caso en el que una mala vivencia estacional, es decir, una conducta que se inscribe en el ámbito afectivo, termina por repercutir en el estado nutricional, el cual, más bien, es propio del ámbito de la biología. ¿En que medida un estrés psicológico que depende de la cultura —por ejemplo, fracasar en un examen, perder un empleo— tiene una incidencia sobre la asimilación de los alimentos? ¿En qué medida resulta más eficaz —biológicamente hablando— proporcionar, en un programa de ayuda contra el hambre, alimentos culturalmente valorados, en lugar de alimentos que tienen el mismo valor nutricional, pero que, de cara a los primeros, no tienen una preferencia marcada y respecto de los cuales se observa a veces repugnancia? Examinar la relación entre *psique* y *soma* en el contexto de una cultura, es una tarea difícil pero estimulante.

Conclusión

En las páginas precedentes nos hemos esforzado en mostrar la diversidad de los campos de la cultura a los que permite acceder un estudio de la antropología de la alimentación. Éste presenta similitudes con el enfoque de la tecnología cultural. Asimismo, autoriza a desplazarse de la cultura material a la simbólica. Por otra parte, constituye —amén de su interés intrínseco— un campo de investigación lo suficientemente trivial como para permitir el acceso progresivo a otros más sensibles y no del todo evidentes. Desde un punto de vista metodológico, obliga a tener en consideración la dimensión diacrónica y a no limitar las investigaciones solamente a los adultos varones. Permite obtener, a través de encuestas de consumo y de antropometría nutricional, datos cuantificables sobre los fenómenos biológicos que están directamente influenciados por la cultura. Además, la diversidad de los determinismos que pesan sobre la alimentación, advierten contra hipótesis demasiado simplistas, que no tienen consideran la diversidad de los fenómenos involucrados: el entorno natural, por supuesto, y la cultura, pero también la biología y, de manera creciente, la psicología.

Por otra parte, el fenómeno alimentario muestra el doble propósito de la actividad humana que responde, simultáneamente, a necesidades que son del orden de la biología y de la cultura, las cuales se enmarañan y pueden ser contradictorias. De la misma manera, el examen de los aspectos biológicos y psicológicos en relación con la cultura, abre campos de investigación relativamente nuevos, para los cuales hace falta desarrollar una metodología bien dirigida que incluya el enfoque pluridisciplinario. Esto último es posible con base en el principio de la cooptación de los participantes, como lo demuestran algunos de los trabajos realizados en el curso de los últimos veinte años (Hladik *et al.*, 1989; Froment *et al.*, 1996; Hladik, 1996; Garine, 2004).

Traducción del francés, Sergio Gama
Revisión de Bárbara Gama y Ricardo Ávila

Antropología de la alimentación: entre naturaleza y cultura[1]

La alimentación satisface una necesidad biológica primaria del hombre. Es un aspecto central de su actividad que se puede analizar desde tres puntos de vista mayores: el de la biología, el de la antropología cultural y el de la psicología. Siendo un antropólogo, trataré principalmente de los aspectos socioculturales de la alimentación y la nutrición.

Aspectos históricos

Hace relativamente poco que los antropólogos dedican su atención al campo de la comida, en específico. Richards fue una de las primeras en relacionar la alimentación con la vida económica y social en sus dos libros publicados en 1932 y 1936, sobre los *bemba* de Rodesia del Norte, actualmente Zambia. Un poco después se pueden mencionar a Firth (1934), Malinowski (1935) y Mead. Esta última, en colaboración con Guthe, publicó el primer manual de referencia en este campo (Guthe y Mead, 1945) y juntos establecieron el Comité para el Estudio de Hábitos Alimentarios en el marco de la Academia de Ciencias de Estados Unidos. En la misma época, la escuela neofreudiana de cultura y personalidad, bajo la dirección de Karidner y Linton, planteaba la importancia de las actitudes que se relacionan con el ámbito de la comida en la construcción de la personalidad (Kardiner *et al.*, 1945).

1 Con la colaboración de Valerie de Garine. Publicado en *Alimentación y cultura. Actas del Congreso Internacional,* 1998. Huesca: Ediciones la Val de Onsera. 1999. 1: 13-34.

Al final de la Segunda Guerra Mundial se desarrolló la escuela del estructuralismo y Lévi-Strauss identificó la comida como un campo fundamental de investigación, a través del cual «se puede descubrir en cada caso la forma en que la cocina de una sociedad obra como un lenguaje a través del cual expresa de manera inconsciente su estructura» (Lévi-Strauss, 1965: 19). Más recientemente, investigadores de la ecología humana, específicamente en el estudio de los flujos de energía, prestaron atención al campo de la alimentación (Lee, 1965; Rappaport, 1968; Sahlins, 1972; Whinterhalder, 1977; Thomas, Winterhalder y McRae, 1979). También se buscaron similitudes entre los cazadores-recolectores contemporáneos y los de la protohistoria (Clark, 1968; Lee y De Vore, 1968).

Actualmente la antropología de la alimentación está de moda, por lo que se desarrollan grupos de estudio, como la Comisión Internacional para la Antropología de la Alimentación (ICAF, por sus siglas en inglés) de la Unión Internacional de las Ciencias Antropológicas y Etnológicas (IUAES, por sus siglas en inglés). Proliferan publicaciones en el campo de la investigación básica y aplicada, tanto para los especialistas como para la divulgación general (Simoons, 1961; Arnott, 1976; Chang, 1977; Bayliss-Smith y Feacham, 1977; Farb y Armelagos, 1980; Goody, 1982; Harris, 1985, 1987; Mennel, 1985; Fieldhouse, 1986). Existen también bibliografías especializadas (Wilson, 1979; Freedman, 1981, 1983). Aunque pasó mucho tiempo antes que los científicos se dieron cuenta de que la alimentación es un campo privilegiado donde la Naturaleza y la Cultura entran en contacto y en donde se puede observar la interacción entre *psyche* y *soma.*

Con todo, el trabajo pluridisciplinario de Richards y Widdowson (1936) sobre los bemba de Zambia no ha tenido paralelo hasta fecha muy reciente. En nuestros días, la investigación pluridisciplinaria se está extendiendo, lo que permite elaborar estudios cuantitativos en los que colaboran especialistas de las ciencias biológicas y las humanas (Jerome *et al.*, 1980; Minnis 1985; Harris y Ross, 1987; Garine y Harrison, 1988; Garine y Koppert, 1990; Froment *et al.*, 1996; Hladik *et al.*, 1996). Muchos tratan de los aspectos metodológicos (Sahn *et al.*, 1984; Pelto *et al.*, 1989; Hladik *et al.*, 1989; Froment *et al.*, 1996). A la par, se pueden encontrar cursos sobre la antropología de la alimentación en muchas universidades del mundo.

Relatividad de la adaptación alimentaria

Desde una interpretación bastante optimista de los ecólogos, la alimentación —y la búsqueda de alimentos— mediatiza la influencia del medio sobre la sociedad. Desde un punto de vista rousseauniano, el hombre tradicional tendería a sacar el mejor partido posible del medio en el que evoluciona. Y desde estas dos perspectivas, es la influencia de la sociedad occidental capitalista la que arruina la «Edad de Oro» y la sabiduría atávica de los hombres, en particular en el terreno de la subsistencia. Así, Turnbull (1961, 1965) se convierte en el cantor de los *pigmeos*, Lee (1979) en el de los *bosquimanos*, y hay quien se complace en resaltar las «buenas prácticas» de los mexicanos, que tratan el maíz con una solución alcalina en la nixtamalización y optimizan así su calidad nutritiva (Katz *et al.*, 1975). Sin embargo, se puede observar que, con la misma ingenuidad, muchas poblaciones africanas de sabana hierven durante demasiado tiempo las verduras que cosechan, disminuyendo considerablemente su aporte vitamínico en un régimen que tendría mucha necesidad de él. Los *masa* del norte de Camerún persisten en su consumo asiduo de la harina de sorgo rojo *(Sorghum caudatum)* mal tamizada, ingiriendo así el ácido fítico contenido en la cáscara del grano que disminuye su digestibilidad. Hasta hace poco tiempo, este mismo grupo se rehusaba, por cuestiones mágico-religiosas, a adoptar el cultivo de una variedad de sorgo *(Sorghum durrah)* utilizada por sus vecinos inmediatos, los *tupuri*, a pesar de que podría salvarles del hambre estacional que experimentan casi todos los años

En el mismo orden de ideas, basta atisbar los hábitos alimentarios posteriores al destete para convencerse, en numerosos casos, de su ineficacia nutricional (Garine, 1984), ya que rara vez se tienen en cuenta las necesidades específicas de proteínas en los niños. Este es otro ejemplo que indica que no hay en el ser humano una sabiduría infusa que favorezca la adaptación biológica global *(inclusive fitness)*, ni que las culturas desempeñen este mismo papel.

Hay sociedades que han adoptado soluciones más eficaces que otras. Sin duda hay algunas que, por múltiples razones y a falta de haber podido o sabido elegir opciones alimentarias suficientemente eficaces, han desaparecido de la faz de la Tierra. Las que han llegado hasta nosotros estaban suficientemente bien adaptadas para perdurar, pero ello no significa que su adaptación en el plano de la nutrición habría de ser necesariamente óptima. El hombre como

animal omnívoro no está guiado sólo por su fisiología; las selecciones alimentarias que efectúa en el medio son también sometidas a su arbitrio cultural. Como escribía Margaret Mead (1945: 3): «los hábitos alimenticios son las elecciones efectuadas por individuos o grupos de individuos como respuesta a las presiones sociales y culturales para seleccionar, consumir y utilizar una fracción de los recursos alimenticios posibles».

Es el desfase que existe entre lo que es valorado por la cultura y lo que es fisiológicamente deseable en el plano de la nutrición, lo que constituye la originalidad del hombre, y porta —quizá— el germen de su extinción (véase cuadro *Valor nutricional de dietas en diferentes regiones del mundo (promedios diarios*, pág. 14).

Enfoque pluridisciplinario

Ante todo, la alimentación constituye uno de los pocos terrenos en el que un fenómeno, a la vez relevante para las ciencias biológicas y para las humanas, concierne tanto a la naturaleza como la cultura. El consumo alimentario actúa sobre los niveles de nutrición; éstos afectan al consumo energético y al nivel de actividades de los individuos que constituyen una sociedad, los que a su vez influyen tanto en la cultura material como en los sistemas simbólicos que la caracterizan, aunque sin olvidar que estos diferentes términos se encuentran en reciprocidad de perspectiva.

La investigación sobre las correlaciones existentes entre estos diferentes tipos de fenómenos pasa por el estudio minucioso, humilde y cuantificado del sistema alimentario. Es evidente que se necesita el empleo de un verdadero enfoque pluridisciplinario y holístico que combine las técnicas cuantitativas y cualitativas.

El campo de la antropología estudia los fenómenos nominados *etic*, es decir, los aspectos objetivos según la terminología anglosajona; así como los *emic*, o sea, las representaciones que existen en la mente de los miembros de la sociedad sometida a observación. También debe tenerse en consideración que cada cual tiene una experiencia individual de su cultura, marcada por los eventos de su propia vida. Pero es igualmente admisible que existen algunos rasgos comunes en los miembros de una misma cultura, incluso en la frecuencia de enfermedades psicológicas asociadas a la comida, como la bulimia y la anore-

Plan de un programa pluridisciplinario para el estudio de la alimentación

1. MEDIO AMBIENTE, ECOLOGÍA
   Clima, hidrología, pedagogía, etc.
   Demografía.
   Historia de la población.
   Microecología de las comunidades estudiadas.
2. RECURSOS
   Recolección e identificación de las especies vegetales y animales.
   Densidad, producción de los recursos alimenticios.
   Valor bioquímico de los alimentos.
3. BIOLOGÍA Y NUTRICIÓN
   Para las varias categorías de individuos y durante los períodos representados del ciclo anual.
   - Consumo alimentario.
   - Estado de la nutrición (antropometría nutricional).

   Tomas biológicas: Sangre (dosificación de hematocritos y hemoglobina, etc.); materia fecal (parasitología); orina (dosificación de hormonas).
   Programa de actividades.
   Gastos energéticos.
4. CULTURA MATERIAL
   Actividades predatorias (caza, pesca, recolección).
   Actividades de producción (cría de ganado, agricultura).
   - Almacenamiento, comercialización.
   - Tecnología alimenticia, cocina.

   Economía general, actividades profesionales.
   Economía familiar, presupuesto familiar y alimentación.
5. CULTURA NO MATERIAL
   Etnociencias (etnobotánica, etnozoología).
   Organización social y religiosa en relación con la alimentación.
   Rituales que tienen un aspecto alimentario (ofrendas, sacrificios…).
   Actividades ostentosas relacionadas con la alimentación (regalos, comidas de fiesta, convites).
   Estética corporal.
   Dietética tradicional, etnomedicina.
   Lingüística, vocabulario, semántica de los términos alimentarios.
   Literatura tradicional (mitos, cuentos, refranes, canciones, etc.).
6. PSICOLOGÍA
   Consumo alimentario e historia personal.
   Adquisición, motivación de las elecciones alimentarias.
   Psicopatología del comportamiento alimentario.
   Sueños con temas alimentarios.

xia en nuestra sociedad contemporánea (Aimez, 1979). Es evidente que en las sociedades modernas, donde la comida es pletórica, su elección es objeto de una decisión individual que no es arbitraria, sino motivada por una jerarquía determinada. En estas sociedades no se trata, aún, del simple peso que la ecología local tiene sobre los recursos alimentarios, sino de una masa enorme de

informaciones mediáticas que influyen en las actitudes y los comportamientos en relación con el sustento. Así pues, resulta necesaria una colaboración entre biólogos, antropólogos y psicólogos, algo que raramente se ha hecho, hasta ahora. No quiero insistir sobre los aspectos prácticos, pero debe recordarse que para que los equipos interdisciplinarios sean viables, es necesario que estén formados por personas que tengan un reconocimiento mutuo, de acuerdo con su especialización profesional. No hay que disimular el hecho de que las técnicas y el ritmo de obtención y utilización de los datos, así como la publicación de los resultados, son distintos para los especialistas de las ciencias biológicas y de las humanas, pero con un poco de paciencia y cierta apertura de mente se pueden llevar a cabo programas interdisciplinares. Es lo que se hizo en Rofrano, en el sur de Italia, por la Universidad La Sapienza de Roma; y también en Andalucía, con el programa de colaboración de las universidades de Granada y Sevilla. Es lo que procuramos lograr en Camerún y Nepal durante quince años en el equipo Antropología y Ecología de la Alimentación del CNRS.[2]

El pan de cada día

La complejidad de los sistemas alimentarios puede preocupar al investigador, pero existen algunos hilos conductores para descifrarlos. Se encuentran en cada cultura alimentos básicos, uno entre ellos suele polarizar la atención, la afectividad y el enfoque simbólico. Es lo que Jelliffe (1967) llama *cultural superfood.*[3] Passin y Bennett (1943) fueron los primeros que utilizaron este concepto para esquematizar los sistemas alimentarios. Estos alimentos centrales con fuerte carga simbólica proporcionan la mayor parte del valor calórico de la dieta. Casi siempre son carbohidratos, glúcidos de origen vegetal cuyo cultivo monopoliza la mayor parte de las actividades técnicas de las sociedades desde el neolítico, y dan el ritmo de los eventos sociales y religiosos del ciclo anual. Es lo que los cristianos nombran «el pan de cada día». En este orden de ideas, Miguel Ángel Asturias llamó al mexicano «hombre del maíz». En Asia, el arroz es el superalimento cultural. Entre los masa de Camerún, la idea de sobrevivir se expresa como *ti funa*: comer gachas espesas de sorgo rojo (*Sorhum caudatum*).

2 Centre National de la Recherché Scientifique.
3 Superalimento cultural.

Frecuencia de los platos consumidos durante las comidas de los masa de Camerún

	Frecuencia	*%*
Masa espesa de sorgo o de mijo	861	42.3
Salsa, principalmente con pescado seco y quimbombó (*Hibiscus esculentus*)	740	36.3
Pescado asado	155	7.6
Leche	140	6.9
Gachas de sorgo o mijo	73	3.6
Carne	17	0.8
Tubérculos	7	0.3
Otros platos	44	2.2
Total	2036	100

Consumo de alimentos entre los masa, musei y tupuri de Camerún

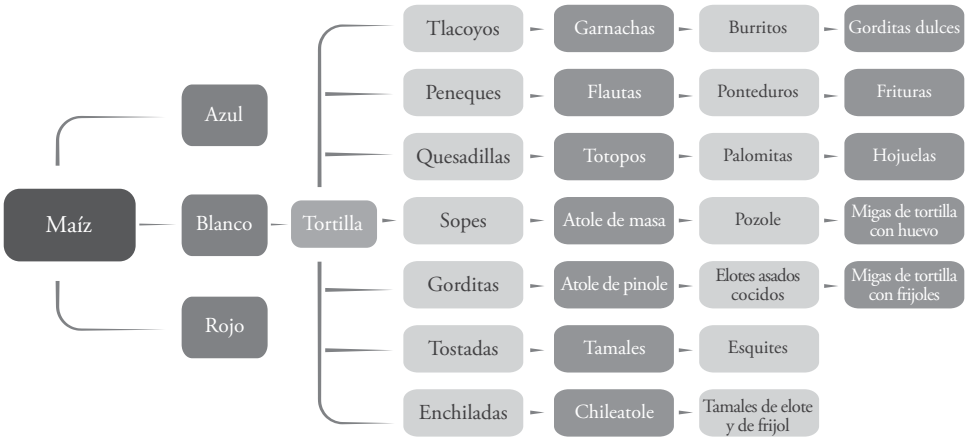
	Masa	*Musei*	*Tupuri*
Cosechas de cereales	Una Menos de 100 kg por año/ per cápita	Dos Menos de 200 kg por año/ per cápita	Tres Más de 200 kg por año/ per cápita
Cosechas secundarias	Maní	Guisantes de tierra Frijoles Maní Mandioca	Maní Frijoles
Comidas de origen animal (por orden de importancia)	Pescado, fresco y seco Leche Aves de corral Ganado menor	Pescado seco Ganado menor Aves de corral Carne de vaca	Leche Pescado seco Ganado menor
Variaciones estacionales	Períodos de hambre aguda, pero con presencia de pescado, leche y recientemente arroz	Períodos de hambre aguda	Restricciones temporarias

Sistemas tradicionales

Estas comidas parecen muy monótonas en comparación con las del consumidor occidental moderno, pero satisface al aldeano africano. Es un regalo de la Tierra Madre y tiene alto valor emocional, de manera similar al pan, símbolo del cuerpo de «nuestro señor Jesucristo», y su valor simbólico para los

cristianos. El pan de cada día es un regalo de dios, es bueno y no hay peligro en consumirlo. Desde el punto de vista práctico, es la primera comida que se da al niño y que contribuye a educar su gusto, su paladar. Se trata a menudo de una comida empachosa pero que rápidamente ofrece una sensación de saciedad. No debemos olvidar que los recursos alimentarios de las sociedades tradicionales están sometidos a las variaciones estacionales, y que en muchos sitios todavía existe el temor al hambre. Este temor estaba presente en la sociedad occidental hasta el siglo XIX; basta recordar el cuento de Pulgarcito y el valor que tenían las comilonas pantagruélicas. Las cocinas asiáticas y la italiana todavía esbozan sistemas en los que un alimento básico —arroz o pasta— constituye el núcleo de la comida y se consume con una salsa que contribuye a realzar su sabor. La cocina mexicana es un buen ejemplo de una gastronomía sustentada en su alimento básico, a partir del cual se elabora una multitud de platillos.

Cuadro sinóptico del maíz



En los sistemas alimentarios tradicionales también se observa la existencia de alimentos secundarios que se consumen con frecuencia, son de tipo estacional y no tienen tanto valor afectivo y simbólico como los alimentos primarios. Entre ellos están por ejemplo, las leguminosas, los frijoles, los garbanzos y también legumbres y verduras que tienen alto valor nutritivo. Finalmente, existen

los alimentos periféricos que se comen ocasionalmente, de acuerdo con las estaciones y las oportunidades de consumo, como lo son los mercados y las fiestas; es en este campo en donde operan las modas e innovaciones.

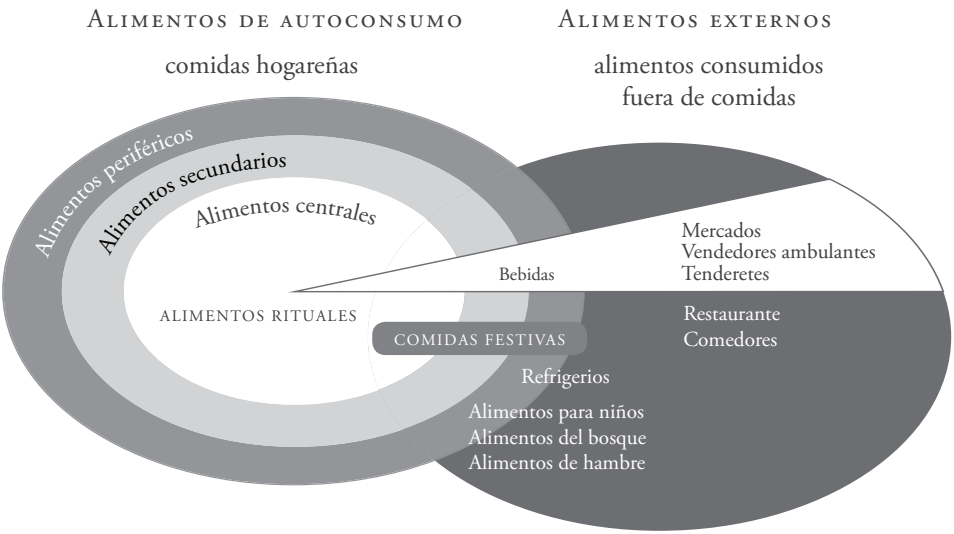
Desde el punto de vista de la educación nutricional es evidente que resulta difícil introducir cambios en el consumo de alimentos básicos; es más fácil hacerlo con los alimentos secundarios que a menudo tienen valor nutricional, como es el caso de las proteínas vegetales en las leguminosas. Los alimentos periféricos constituyen un campo dinámico donde se pueden introducir ciertos cambios, pero que raramente se aprovechan para la educación nutricional.

Hay cuatro criterios más para describir los sistemas tradicionales: alimentos de autoconsumo, alimentos externos, comidas caseras y alimentos consumidos fuera de las comidas. Son otros dos los aspectos que caracterizan a los sistemas tradicionales:

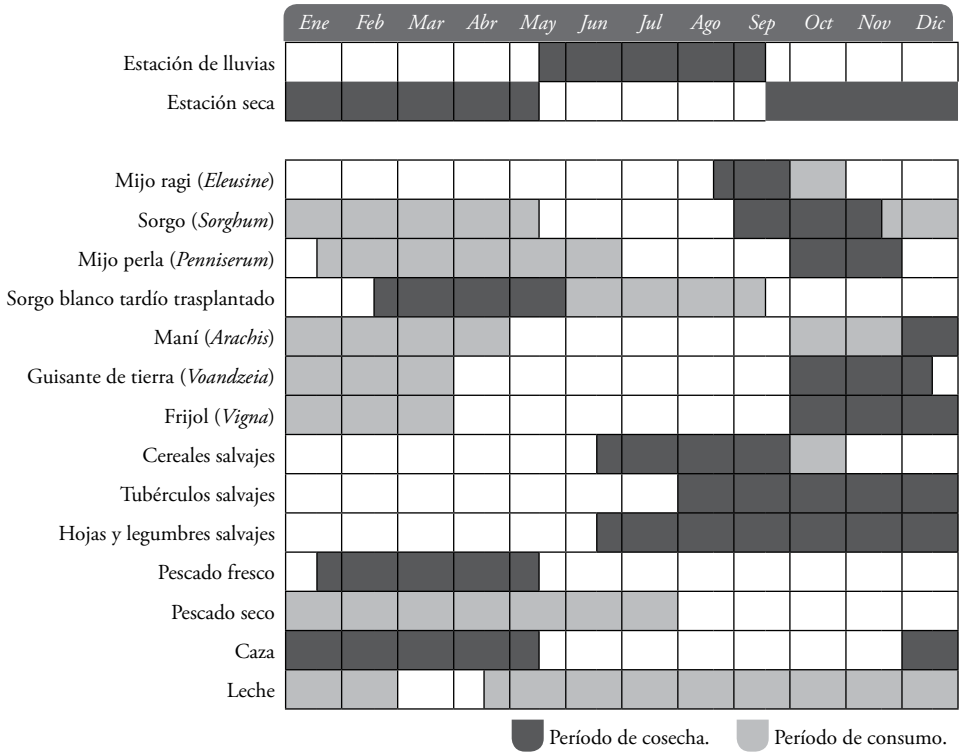
Tienen una dimensión geográfica, es decir, están ubicados en un medio ambiente específico, regional, y por lo tanto dependen en gran parte de los recursos disponibles a nivel local

Presentan una dimensión diacrónica en la que dependen del tiempo y de sus variaciones estacionales.

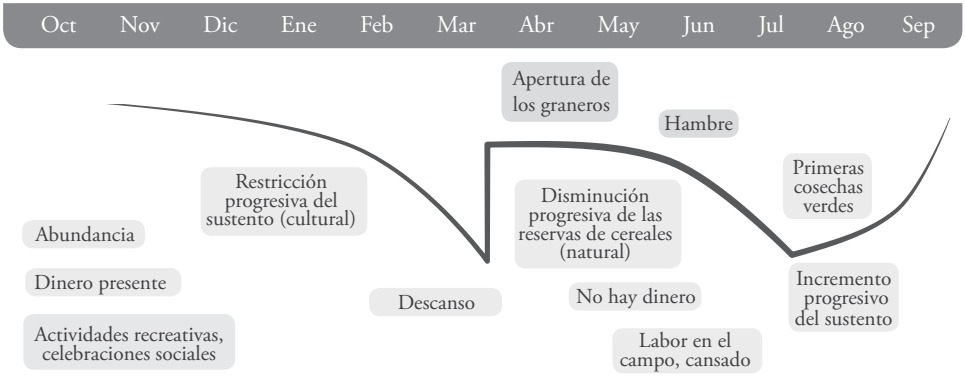
Sistema alimenticio tradicional



Calendario alimenticio de los musei



Calendario alimentario de los masa y musei



Sistemas modernos

Los criterios para los sistemas tradicionales de alimentación no se asemejan en absoluto a los sistemas alimentarios modernos, condicionados principalmente por el nivel de ingresos. Aún existen diferencias regionales, pero tienden a disminuir en relación con los aspectos socioeconómicos. No se puede negar cierta nostalgia hacia la cocina regional, tal como la guisaban nuestras abuelas. Pero a nivel nacional uno suele comer tal como lo hacen sus colegas profesionales más que como la gente de su lugar de nacimiento.

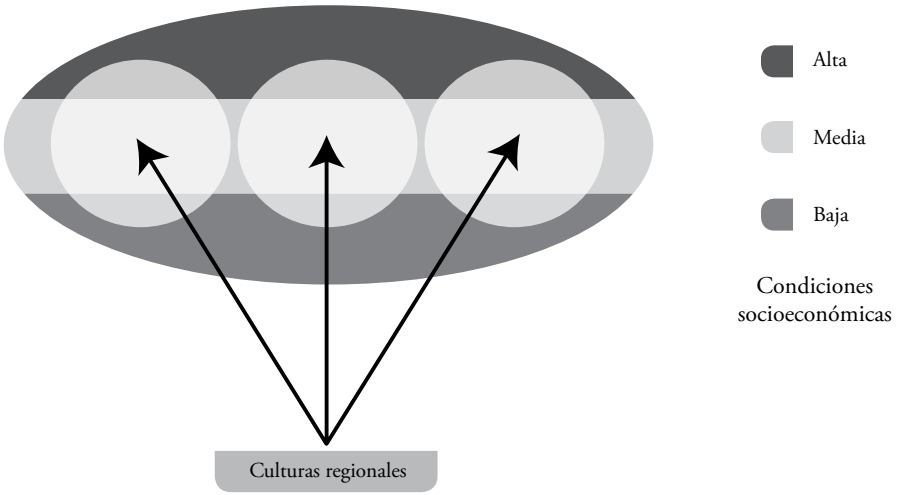
En cada país se distinguen algunas culturas regionales que tienen una influencia mayor sobre la gastronomía. Debe mencionarse también que dentro de cada estrato socioeconómico siguen operando diferencias entre la alimentación cotidiana, las comidas festivas y las consumiciones fuera del hogar que suele darse en restaurantes o bares. Hoy día es posible comer cualquier alimento, en cualquier momento, en cualquier sitio y en cualquier cantidad, si uno dispone de suficiente dinero. Muchísimos factores actúan en la alimentación de los países modernos. No hay duda que el placer gastronómico y la búsqueda de prestigio tienden a aumentar, pero el nivel monetario todavía aparece como una variable explicativa mayor del comportamiento.

Alimentación de clase

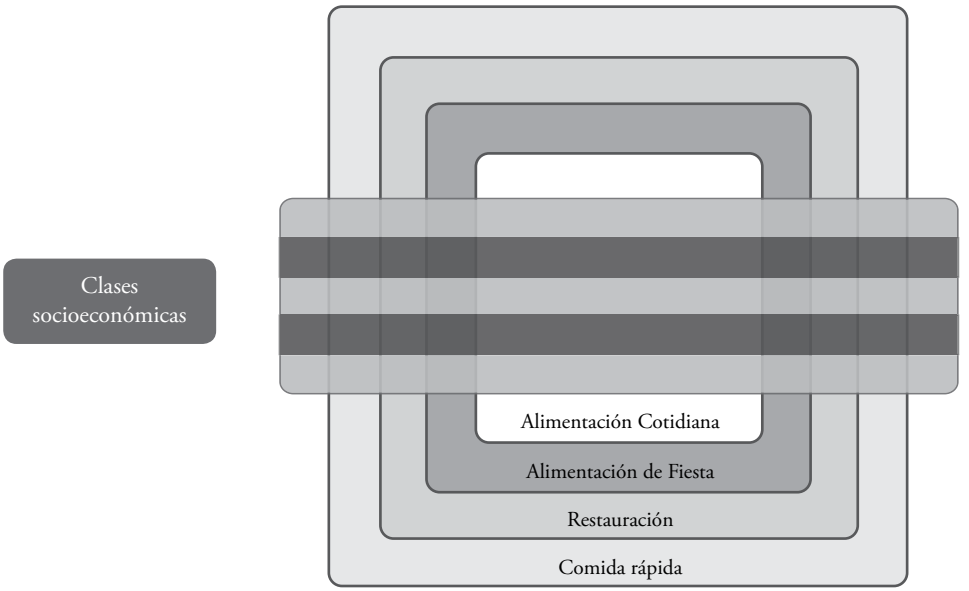
El análisis de Bourdieu (1979) parece pertinente cuando contrasta la comida de «necesidad», que llena, de la clase obrera, con la comida «distinguida» y más sabrosa de la clase burguesa. Inicialmente en la clase obrera las diferencias de presupuestos influían más sobre la cantidad de alimentos que sobre su calidad, pero este enfoque de inspiración marxista está superado hoy día. No se trata de sistemas de clase exclusivos: los comportamientos alimentarios de la clase burguesa actúan como modelo para los de la clase obrera, y los mismos criterios de la selección operan en ambas clases.

Como lo señalan Aymard, Grignon y Sabban (1993) y Mendras (1980) en los países económicamente privilegiados de Occidente, la oposición entre clases ya no obra en el campo de la alimentación, pues «existe ahora una enorme clase media hedonista que tiene poder adquisitivo y en la que operan los modelos de la burguesía» (Mendras 1980: 33).

Esquema de un sistema alimentario moderno



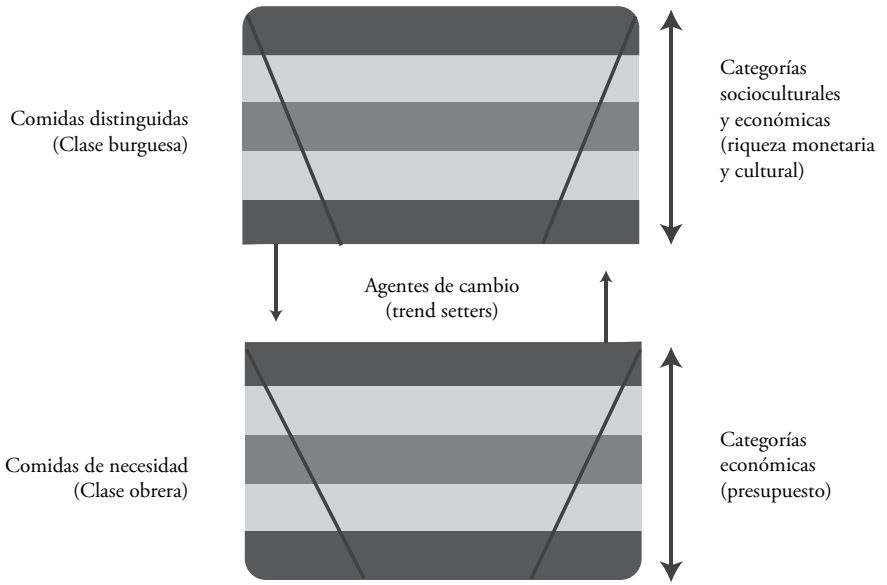
Sistema alimentario en las sociedades urbanas industrializadas contemporáneas



Enfoque sobre el consumidor occidental

En consecuencia, se observa una tendencia a considerar que el consumidor occidental es representativo de toda la humanidad, incluso del cazador-recolector de la prehistoria. Esto permite a ciertos autores (Fischler, 1990: 64) explicar desde una perspectiva sociobiológica la ansiedad alimentaria del ciudadano moderno por el carácter omnívoro de su animalidad humana, movido a innovar en el campo de la alimentación, mientras que, al mismo tiempo, siente miedo de hacerlo, especialmente en un ambiente donde se desconoce el origen de los alimentos. Simultáneamente, por razones pragmáticamente financieras, la mayor parte de la investigación relacionada con la alimentación se concentra en el consumidor que tiene poder adquisitivo y está costeado por la industria agroalimentaria. Uno se puede preguntar si un estudio financiado, por ejemplo, por Quaquer Oats (Santich, 1995: 211) puede atreverse a emitir perspectivas negativas en relación con el producto comercializado por dicha empresa.

Alimentación y categorías sociales en las sociedades urbanas industrializadas contemporáneas



Uniformización

No se puede olvidar tampoco que la quinta parte de la humanidad sigue sobreviviendo en condiciones de escasez alimentaria (World Food Day Report, 1992). Es verdad que con el proceso de mundialización de la economía, y hasta cierto punto de la cultura, se difunden los modelos de comportamiento de los países que tienen el liderazgo técnico y económico, y que controlan la mayor parte de los medios de comunicación; pero cada uno de ellos tiene su propio estilo de modernización. No se puede todavía hablar de uniformización en tanto que observamos a escala mundial —entre diferentes países— como en el ámbito del hogar —entre clases de edad— enfrentamientos de valores, modos de vida, estilos gastronómicos y preferencias alimentarias. El estudio de la alimentación no había parecido, como ahora, tan dinámico, imprevisible y sometido a tantas influencias culturales.

Ansiedad, culpabilidad

En cada consumidor coexisten tendencias para satisfacer su gula, tener una dieta sana, demostrar su nivel socioeconómico o su «modernidad», al mismo tiempo que su autenticidad cultural. Al trabajar con los aspectos psicopatológicos del comportamiento alimentario moderno, Aimez (1979) insiste en un sentimiento de culpabilidad hacia el placer gastronómico y su consecuencia, la obesidad. Pero no se debe interpretar la ansiedad del ciudadano sólo en términos biológicos, en tanto que consecuencia de su condición ambigua de omnívoro en relación con la comida (Rozin, 1976).

Se puede proponer también una explicación histórico-cultural. Las actitudes y los comportamientos que operan en los países del norte de Europa y de América del Norte, que poseen la iniciativa mundial en relación con la alimentación, reflejan un *ethos* influenciado por el puritanismo protestante (Flandrin y Montanari, 1996: 722). En el siglo XIX, con el inicio de la industrialización europea, surgió desde el puritanismo la doctrina de la «comida moral» (Mennell, 1985: 106). Su propósito era mejorar las virtudes de la clase obrera, considerada miserable y bestial. De acuerdo con esta doctrina, es preciso satisfacer las necesidades nutricionales sin derroche y sin placer; la recompensa es la virtud y la longevidad. De tal manera, uno no debe gozar de la

comida, sino nutrirse racionalmente; uno debe seguir las recomendaciones de la nutrición científica en vez de convertirse en un goloso, incapaz de controlar su animalidad, que le llevará a desperdiciar su salud y su dinero.

En una perspectiva similar, en Alemania, Hufeland escribió en 1976 el primer libro sobre la alimentación macrobiótica, que resultó ser «una búsqueda de la salud y de la longevidad a través de la dietética» (Kühnau, 1970: 60). Estos puntos de vista morales sostenidos por los progresos de la nutrición científica se han mantenido, hasta hace poco, subyacentes en el ámbito de la dietética. La paradoja de nuestra época es que las civilizaciones que tienen el liderazgo y la iniciativa en los campos nutricionales y alimentarios, no conceden valor a sus aspectos más hedonistas. Otro aspecto a señalar, es que mientras se busca la espiritualidad, se valora estéticamente un cuerpo delgado, difícil de obtener en una sociedad de abundancia, en donde se gasta poca energía y es posible que la agresividad de la vida cotidiana incite a mordisquear bocadillos constantemente, a la vez que a emborracharse para aliviar las tensiones inherentes a la civilización industrial mercantil. No hablamos aquí de una entidad monolítica, aunque se pueden diferenciar características culturales bien marcadas. El proceso de modernización del campo de la alimentación difiere de los países musulmanes a los países judeocristianos, y la prioridad otorgada a la gastronomía no es la misma en Inglaterra que en Francia; los ejemplos se multiplican.

Conclusión

Los criterios de selección de los alimentos operan dentro de realidades culturales a veces difíciles de definir, pero ineluctables. La antropología de la alimentación puede ayudar a aclararlas. Su tarea permanece: contribuir a estudiar de manera suficientemente fina el comportamiento alimentario; evaluar el conocimiento nutricional moderno y su impacto sobre el consumidor y elaborar programas realistas para mantener una buena nutrición según los criterios de la ciencia occidental.

También existen factores de actualidad a los que se les da un interés especial e implican un conocimiento refinado de los aspectos culturales. Se trata de exigencias en términos de tiempo para la producción, preparación y consumo de alimentos, dispersión del espacio del grupo de consumidores, circulación de mercancías, gente e ideas, mercantilización del campo de la alimen-

Criterios generales de selección de alimentos

Gusto (sabor, olor, textura)
Valor nutricional subjetivo
Prestigio
Disponibilidad de recursos alimenticios y monetarios
Comodidad (tiempo de preparación, adecuación al estatuto de la cocinera)

tación y finalidad catártica de la ingestión de alimentos y de bebidas. Pero hay aspectos más sutiles como los factores responsables de lo que llaman «la paradoja francesa» (Hubert, 1995: 67). ¿Cómo es posible que estos franceses en plena decadencia y que gozan de alimentos sabrosos pero peligrosos, según la nutrición oficial —proteínas animales, lípidos, *foie gras*, vino—, tienen una tasa de mortandad por enfermedades cardiovasculares mucho más baja que otros países ricos, aunque mantengan los mismos niveles de colesterol? En 1988 en el rango de varones entre 25 y 64 años de edad, se contaban 47.5 fallecimientos por cada 100 000 habitantes, 113.9 en Estados Unidos y 165.7 en Inglaterra (Santich, 1995: 67). ¿Estos niveles dependen de las características nutricionales de la dieta? ¿De la existencia de propiedades antioxidantes de las vitaminas C, A y E contenidas en uvas, col, ajo y vino tinto? (Hubert, 1995: 67). ¿O del uso de lípidos monoinsaturados, como los del aceite de oliva? ¿Es responsable de ello la alta variedad de la dieta, y de la cantidad de frutas y verduras crudas consumidas? Pero se puede también evocar el *ethos*, la actitud positiva en relación con la comida, su placer o el bajo nivel de estrés que tiene un estilo de vida menos agobiado. No hay duda que se trata de una combinación compleja de factores pertenecientes a varias clases de fenómenos y que implican un enfoque holístico, como el del antropólogo.

Adaptación biológica y bienestar psicocultural[1]

Adaptación: Un concepto ambiguo

El término *adaptación* ha sido utilizado de diferentes maneras por los especialistas de la biología y las humanidades pertenecientes a diferentes escuelas, y plantea un debate que a menudo asume el aspecto de controversia. La mayoría de las definiciones reconocen conceptos como la apropiación, por parte de un organismo, de las condiciones internas y externas de la existencia, permitiéndole continuar y reproducirse; también, el de ser un proceso dinámico que garantiza la homeostasis que asume, más o menos, las condiciones cambiantes del medio.

Sin lugar a dudas, en la adaptación pueden distinguirse tres significados. En primer lugar, el del la adaptación, en el sentido estricto entendido por los biólogos, es decir, la modificación de la constitución genética de una población a través de la selección natural, en el sentido darwiniano, que se ajusta mejor a las condiciones imperantes de la vida (Boyden, 1970: 190), lo que resulta en una perspectiva evolucionista de la capacidad de los individuos que tengan el rasgo de adaptación para dejar descendencia al llegar a la edad reproductiva, de manera más abundante que los que no lo tienen (Borgerhoff, 1985: 26). Esta adaptación, que confiere un valor selectivo latente («aptitud inclusiva»), tiende a estar determinada genéticamente (Langaney, 1985: 42).

Desde una perspectiva ligeramente diferente, los biólogos distinguen también una adaptación que afecta al fenotipo: no tiene ninguna base genética, se desarrolla durante la vida del individuo y no es necesariamente irreversible.

1 Publicado en *Bulletin et Mémoire de la Société d'anthropologie de Paris*, 1990, 2 (2): 151-174.

Puede ser de adaptación fisiológica del individuo a las condiciones ambientales (aclimatación) o de adaptación sensorial, que se gradúa según la intensidad de la presión del medio (McFarland, 1987: 2).

Por último, puede tratarse de rasgos adaptativos adquiridos a través del aprendizaje. Este aspecto juega un papel vital en el ser humano y se manifiesta en su cultura. Y es de esta manera como, después de muchos decenios, la naturaleza adaptativa de los comportamientos culturales del hombre se encuentra en el centro del debate en la antropología.

Una finalidad biocultural

Tras el fracaso de las tentativas boasianas[2] para alcanzar un grado suficiente de generalización, la antropología cultural y social se ha encontrado huérfana de un gran propósito organizador de la actividad del hombre en lo que éste tiene de más específico: su cultura. Muchas son, pues, las escuelas de pensamiento que se preocuparon por encontrar una finalidad a la cultura y promover, como principio rector de la evolución de las sociedades humanas y del hombre en general, la búsqueda de una armonía entre el medio ambiente, la biología y la cultura, y contentándose sólo con encontrar las correspondencias bioculturales.

Funcionalismo, ecología humana y materialismo cultural

A partir del funcionalismo de Malinowski (1960) han sido numerosas las escuelas de pensamiento que se esfuerzan, según una hipótesis holística y un postulado utilitarista, en atribuir a todo hecho social un propósito biológico y social profundo, lo cual aporta «tranquilidad»; una suerte de *consensus gentium*, según el cual existe un cierto número de características sobre las que todos los hombres están dispuestos a llegar a un acuerdo en cuanto a lo que consideran bueno, real, justificado o atractivo. El citado *consensus* se encuentra en las tesis de Malinowski, específicamente en su propuesta del tipo de «instituciones universales», o en las de Murdock, con su noción de los «denominadores comunes de la cultura» (Geertz, 1968: 23).

2 Se refiere a las tesis de Franz Boas, antropólogo norteamericano de origen alemán.

Rappaport (1968) se ha esforzado en demostrar, basándose en la población de los *maring,* la relación que existe entre la abundancia en el consumo de proteínas animales durante los momentos de estrés —como funerales o guerras—, la producción de anticuerpos y la recuperación de las pérdidas de nitrógeno. No deja de tener dificultades cuando trata de resaltar el carácter controlador —en términos culturales— y beneficioso —en cuanto al destino biológico de la población y al equilibrio de la ecología local— de los complejos rituales que describe en *Pigs for the Ancestors*.

Al respecto, también puede hacerse referencia a la polémica sostenida por Harris (1978, 1980) en apoyo a los trabajos de Harner (1977), quien sugiere que el desarrollo de los sacrificios humanos entre los *mexica* se origina por la necesidad de enfrentar una escasez crónica de carne en su dieta, como consecuencia del crecimiento de la población en el altiplano central de México (Harris 1978: 164; 1980: 335). Wilson (1977) no duda en ver en ello el ejemplo básico de una predisposición, hereditaria y adaptativa, a un régimen carnívoro entre los hombres, tal como lo observan Gould y Lewontin (1982).

Etología y sociobiología

Partiendo de la observación del modelo animal y en busca de la universalidad de sociobiólogos y etólogos (Eibl-Eibesfeldt 1977: 417), se ha querido reconocer en el hombre una predisposición genética para desarrollar comportamientos culturales aptos para garantizar el éxito biológico de la especie desde una perspectiva evolutiva darwiniana. Si bien se debe reconocer a estas escuelas el mérito de haber contribuido a promover los estudios multidisciplinarios sobre los seres humanos en su medio, en ocasiones fueron demasiado lejos para destacar el carácter adaptativo —en el sentido biológico— de ciertas conductas culturales, ya que, según lo indicado por Alland (1970: 48), «la adaptación cultural es un proceso biológico, así como la adaptación genética.»

Según lo escrito por Cavalli-Sforza y Feldman (1981: 4), «no existe la idiosincrasia de un organismo vivo al que los evolucionistas no puedan asignar un significado adaptativo»; además de que «proporcionar una prueba rigurosa de que la innovación cultural es adaptativa, sería tan difícil como hacerlo con una mutación biológica. El análisis en términos de coste y beneficio, en este tipo de situaciones, por lo general resulta complicado» (Cavalli-Sforza y

Feldman, 1981: 357). No deja de tener algún fundamento el que se reproche un cierto populismo panglosiano,[3] aunque generoso, a los miembros de estas diversas tendencias.

Optimalidad biológica y arbitrariedad cultural

Pareciera que nos estamos moviendo hacia una visión menos clara, y que se admite que «los rasgos fenotípicos adquiridos por aprendizaje u otros modos de transmisión cultural, pueden propagarse en una población, incluso si disminuye la adaptabilidad de los individuos que los adopten» (Feldman y Lewontin, 1975: 1166). No hay necesariamente una alineación entre las opciones culturales y el prurito de optimalidad biológica (Foley, 1985), en la medida en que, como lo reconoce Durham (1976: 116), puedan corresponder a un hedonismo no adaptativo, que es característico del hombre y que puede situarse fuera de toda materialidad. Nadie lo pensaría dos veces para encontrar un fundamento dietético en todos los tabúes alimentarios, o trataría de justificar, a partir de la misma perspectiva, todas las opciones técnicas. Distinguir lo normal de lo patológico y definir lo que es adaptativo, incluso biológicamente, implica un juicio de valor (Waterlow, 1990: 259).

Ambigüedad adaptativa del retraso en el crecimiento

De acuerdo con el ejemplo clásico de los niños que han sufrido retraso en el crecimiento (*stunted*), ¿la pequeña talla que logran es signo de adaptación positiva? ¿Ser pequeño es hermoso? Waterlow (1985: 235) escribe: «la ventaja de ser pequeño es requerir menos alimento y por tanto acceder a una mejor oportunidad de sobrevivir cuando la comida escasea. Pero el costo es, sin duda, cierto grado de disminución de las capacidades físicas y mentales». Todo depende de los criterios utilizados, los cuales reflejan los juicios de valor del observador, mismos que están profundamente influenciados por su cultura.

3 Referencia al Dr. Pangloss, personaje de *Cándido,* cuento filosófico de Voltaire (N. del T).

La noción de bienestar

El hombre, dotado de la conciencia reflexiva, se representa a sí mismo los estímulos que recibe del entorno, los materiales o los puramente simbólicos, léase psicoculturales. La percepción de su condición se traduce en una sensación de bienestar más o menos consciente y susceptible de ser comunicada, a la cual concurren elementos de la biología y de la psicología influenciada por la cultura. ¿En qué medida esta percepción psicocultural actúa sobre su ser biológico? Como lo ha escrito el médico Tissot desde 1767, «la unión de la mente y el cuerpo es tan fuerte, que resulta difícil concebir que una pueda actuar sin el consentimiento del otro» (citado por Foucault, 1972: 231).

Ha nacido una noción vaga pero que se utiliza a menudo, la de «bienestar» (*well-being*). Ella abarca «la salud física, la satisfacción y la felicidad. [Empero,] ¿no obliga cualquier tentativa de previsión de tales aspectos a informar sobre los sistemas de valores y tipos de experiencias que son específicos a cada cultura, [por una parte, y por otra,] sobre las condiciones óptimas universales?» (Colby, 1987: 879). ¿Podemos concebir criterios universales que impliquen la capacidad de adaptación, el altruismo, la creatividad e indicadores de éxito biocultural, como el tamaño, la longevidad, la salud o el éxito en el campo de la reproducción? ¿No significa algo similar entre los mormones estadounidenses, como entre los *yanomami* y los *kipsigis*, (Borgerhoff, 1988) la riqueza económica —incluida la monetaria— y la social que permiten obtener fácilmente múltiples beneficios matrimoniales?

Es concebible que los ingresos en dólares, así como el número de kilocalorías disponibles por individuo, se conviertan en el criterio mediante el cual se mide el éxito de una sociedad. Esta clase de certezas tienen la ventaja de permitirnos la adopción de un enfoque activista y positivo, con respecto al futuro de nuestra especie.

Valores culturales y objetividad

A pesar del deseo de restablecer, en la medida de lo posible, la visión de los individuos estudiados (enfoque *emic*), y de asignar un papel esencial a los sistemas de representación y a los símbolos que guían las opciones culturales que a fin de cuentas tienen efectos biológicos, muchos no pueden superar un

sociocentrismo latente. Con el pretexto de adoptar un punto de vista objetivo y científico (*etic*), y profesando adherirse a los aspectos más materiales de la cultura (Harris, 1980: IX), los investigadores a menudo proyectan los valores en curso en su propia sociedad, y ciertos puntos de vista se convierten en loas al éxito del hombre moderno, agresivo y ávido de eficiencia material.

Visiones optimistas, éxito del modelo inspirado en la termodinámica

En la era del florecimiento de los esquemas de flujo de energía, ¿no identifica esto la adaptación, en tanto que principio organizador, de los éxitos logrados por el hombre para controlar la naturaleza? «…liberándose de las limitaciones de su hábitat [...] cuando decimos que una población se adapta, nos referimos a que altera su relación con su hábitat, con el fin de transformarlo en un lugar más agradable para vivir [...] la adaptación humana se lleva a cabo principalmente a través de la cultura, a través de la domesticación de nuevas fuentes de energía para fines productivos y de la organización de nuevas relaciones sociales que hacen posible el uso eficiente de estos sistemas de energía» (Cohen, 1968: 4).

A la inversa, muchos etnólogos, reaccionando contra el carácter depredador de la civilización industrial, y apreciando las sociedades más primitivas y tradicionales, proporcionan una descripción de los !*kung*, de los pigmeos y de otros cazadores-recolectores, influenciada por el concepto del «buen salvaje» de Rousseau, cediendo, de paso, al ecologismo nostálgico de su propia cultura. Pero, ¿puede el observador, sobre todo si pertenece a una disciplina tan cambiante como la antropología, superar las modas intelectuales de la cultura a la que pertenece y, si se arriesga, encontrar la manera de ser escuchado? Este es otro problema.

Visiones pesimistas, degradación del hábitat y mala adaptación de los hombres

La constatación realizada por el Programa Biológico Mundial y más recientemente, por el proyecto El Hombre y la Biosfera, de la UNESCO, muestran que ya casi no existen sociedades tradicionales aisladas en las que los individuos, en armonía con el entorno natural, satisfagan sus exigencias biológicas y sus necesidades culturales (Wirsing, 1985); y para retomar a Cohen (1968), el hombre moderno no ha convertido su entorno en un lugar mejor. Por el contrario, hoy

se imponen la contaminación y la degradación del medio. En las sociedades industrializadas y urbanizadas de todo el mundo, medimos las consecuencias del triunfalismo tecnológico y del sociocentrismo que ha acompañado a la dispersión de la cultura. Frente a la demografía descontrolada y los colosales medios técnicos para explotar los recursos naturales, lo menos que se puede decir es que se ha desvanecido la sutil armonía que reinaba entre el hombre y su entorno. El ambiente natural al que se enfrentan las sociedades humanas, incluidas las más remotas geográficamente hablando, nada tiene de virgen. Se trata de «la desnaturaleza»: un producto domesticado por la actividad humana. El universo es objetivado y profanado, tanto en las colinas del centro de Nepal, como en las llanuras del norte de Camerún; en los bosques del centro de África o en las afueras de Calcuta. Hoy en día, el hombre moderno encuentra condiciones materiales que su experiencia pasada no le permiten enfrentar (*to cope*), ya sea porque ya no es suficiente, o porque requiere de innovaciones de las que aún no es capaz. Por tanto, subsiste en un medio degradado y sin aprovechar su potencial genético, esperando que tal vez en su genoma se registre una mutación, similar al de la famosa mariposa británica (*Biston betularia*), cuya pigmentación ha cambiado desde principios de siglo[4] para acomodarse al ennegrecimiento de la corteza de los árboles causado por los humos industriales de la zona de Liverpool, y que ahora tiende a aclararse en función de los esfuerzos de limpieza.

Disparidad entre la adaptación genética y la dinámica del ambiente contemporáneo

Este tipo de situación interpela a los antropólogos y es desde esta perspectiva que Boyden (1970: 194-195) llama la atención sobre la mala adaptación del hombre contemporáneo al ambiente que ha creado. Basándose en el encadenamiento de nuevas condiciones resultantes del proceso civilizador —tales como el estado de inadaptación que se acompaña de síntomas indeseables, así como las actividades culturales orientadas a corregirlos—, acuña el concepto de adaptación cultural al deficiente ajuste biológico, mismo que distingue dos aspectos: uno correctivo y el otro como antídoto.

4 Dada la fecha original de la publicación de este texto, el autor se refiere al siglo XX.

De acuerdo con Boyden mismo (1970: 192), «El ritmo de los cambios culturales ha superado al ritmo de una posible adaptación genética. No ha habido tiempo suficiente para que la selección natural produzca una nueva especie de hombre, mejor adaptado fisiológica y mentalmente a las condiciones de vida que prevalecen hoy en día en las ciudades modernas».

Adaptación alimentaria

La alimentación es un ámbito que permite mostrar la complejidad de los problemas y de las relaciones entre la biología, la cultura y el entorno. En referencia al, a menudo citado, experimento realizado por Davis en 1928, no hay duda de que los niños tienden a la selección espontánea de los alimentos para elaborar una dieta que prácticamente logre el equilibrio nutricional; ¿podemos considerar que se trata de una base genética común para la conducta alimentaria? El hombre es omnívoro y se ha descrito su flexibilidad dietética (Garine 1979: 91; Stini, 1980: 124). Ésta le ha permitido sobrevivir en la mayoría de las zonas climáticas del mundo, eligiendo los regímenes dietéticos más diversos. La nutrición es uno de los ámbitos en los que la cultura y el ambiente han ejercido las presiones más fuertes sobre el hombre y donde éste ha exhibido su falta de especialización y una cierta de libertad de cara a su condicionamiento biológico.

Sobrealimentación y obesidad

Es lugar común constatar que el individuo citadino no ha logrado armonizar su alimentación, cualitativa y cuantitativamente hablando, en un entorno en el cual dispone de una plétora de recursos alimentarios —a condición de que disponga del dinero necesario—, de productos de todas las estaciones del año, y donde se ha reducido considerablemente su gasto energético. A excepción de una reducida élite, para quienes la «distinción» resulta de una figura esbelta y del acatamiento de ciertas creencias filosófico-dietéticas, el individuo de la urbe sigue comportándose como si la formación de reservas de grasa le garantizara sortear una posible escasez estacional de alimentos. Este no es el caso, y se ha hecho más que evidente la relación existente entre el sobrepeso y la presencia de enfermedades degenerativas —diabetes, enfermedades cardiovasculares y

otras— que disminuyen su expectativa de vida. Estamos lejos de una situación como la de la antigua Polinesia, en donde la presencia de una masa importante de grasa en el individuo sería percibida como garantía de supervivencia a largo plazo, así como de una mayor flotabilidad para las expediciones marítimas de largo alcance (Prior, 1976).

El incremento de una mala nutrición se está convirtiendo en uno de los principales problemas de salud pública de la especie humana. De hecho, las tendencias hedonistas que llevan al hombre a comer en exceso y a consumir alimentos azucarados, no concuerdan con su bienestar biológico y no son otra cosa que una demostración de una holgura material, que es ante todo una expresión cultural, lo que ha provocado que muchos grupos sociales sean proclives a la adquisición de peso excesivo.

Inadaptabilidad de las técnicas de producción alimentaria

No existe una sabiduría corporal que pudiese estar inscrita en los genes y que pudiese proteger al hombre contra sus excesos alimentarios. No existe tampoco tendencia alguna en las sociedades tradicionales que las induzca a explotar los recursos de su entorno de la manera más adecuada, nutricionalmente hablando. ¿Cuántas de ellas continúan prefiriendo un tubérculo como alimento básico, no obstante que la producción de cereales más ricos en proteína es perfectamente factible en donde residen? He descrito en otra parte las prohibiciones alimentarias, respetadas hasta la fecha por algunos clanes *masa* de Camerún, en torno al cultivo del sorgo blanco trasplantado. Esta actitud, si bien refleja su sentido de identidad cultural, no reduce en lo absoluto los efectos de la escasez estacional de granos que resulta ser su mayor problema alimentario (Garine, 1980).

Podrían ser mencionar aquí numerosos tabúes alimentarios, cuya función es más bien emblemática y del campo del simbolismo cultural, que de cualquier premonición de la ciencia de la nutrición.

Necesidades nutricionales y seguridad alimentaria

El animado debate al que convoca periódicamente el Comité de Expertos reunido por la FAO, la OMS y la ONU para definir las necesidades energéticas y proteínicas de la humanidad, muestra la dificultad para identificar algo tan inasible

como el concepto de «adaptación nutricional», que corresponde a una gama de equilibrios sucesivos y cambiantes, ninguno de los cuales puede proporcionar material para una norma rigurosa (FAO/OMS/UNU, 1986; Beaton, 1985). Sin duda, es posible definir fisiológicamente un equilibrio energético o el aporte de calorías que compense el gasto, pero, a partir de qué necesidades. El hombre puede adaptarse a las diferentes prorratas de gasto de energía que son cambiantes y establecidas en el contexto de su cultura. Es precisamente la sociedad en la que los individuos viven, la que determina su cuota de gasto energético.

Relatividad de los estándares

Puede ser que el aporte energético de la dieta de un niño sea suficiente para que su crecimiento se produzca a un ritmo satisfactorio, aunque éste tendrá que ser reducido paulatinamente en tanto que disminuye su actividad física. Pero, ¿de que ritmo se trata?, ¿el de un ciudadano estadounidense o el de un agricultor *chimbu* de Nueva Guinea? Una cuota energética baja se convierte en una degradación de la capacidad exploratoria y lúdica del niño, tanto como de su posterior desarrollo mental, funcional y social. En este punto sería posible volver sobre las ventajas y desventajas conferidas al retraso del crecimiento: *le rabougrissement*[5] según la cómoda traducción francesa del término *stunting*. Pero, ¿cuál es el nivel más ventajoso? ¿A partir de qué? (FAO/OMS/UNU, 1986: 23).

> Al decidir qué es lo mejor o lo preferible, se vuelve obligatorio referirse a un conjunto particular de valores. Si los criterios son la esperanza de vida y la ausencia de la enfermedad durante los primeros años de existencia, la situación nutricional observada en las sociedades industrializadas puede, sin duda, ser preferible a la que caracteriza a los países en desarrollo. Todo lo que podemos decir es que, por debajo de un mínimo que corresponde al mantenimiento de la vida y dada la flexibilidad biológica del hombre, las sociedades son susceptibles de tomar las decisiones más diversas, aunque otros criterios estén disponibles, pero sujetos a la capacidad funcional óptima (UN, 1979: 4 y 52).

Sin duda, es mejor mantener una actitud crítica. Como Atwater y Benedicto escribieran en 1902 (citado en FAO 1986, p. 23):

5 El termino puede traducirse como: desmedro, desmejora o achicamiento. N. del E.

> … ¿cuál es el nivel más ventajoso? […] la respuesta debe buscarse no sólo en los experimentos metabólicos y en las encuestas dietéticas, sino también en la gran cantidad de observaciones relativas a la eficacia mental y física, la salud, la fuerza y el sentido de bienestar.

No podemos evitar los juicios de valor sobre el estado que deseamos alcanzar.

Diversidad de los niveles de adaptación alimentaria, influencia de la cultura

La evaluación científica del valor biológico de una dieta está vinculada con los recientes avances en la ciencia de la nutrición, que hoy en día tiene la posibilidad de influir en las conductas sociales. Los datos disponibles muestran que las sociedades tradicionales, tanto las antiguas como las modernas, no lo toman en cuenta; y sin ánimo de ofender a los materialistas culturales, siempre han optado por las dietas más adecuadas a sus necesidades biológicas, considerando su entorno ambiental y teniendo en cuenta, para explotar mejor sus recursos, los medios y la tecnología a su alcance. Por supuesto, algunos obtienen una mejor parte de la realidad que otros.

El libre arbitrio cultural fue destacado con fuerza por Guthe y Mead (1945: 13), cuando definieron el estudio de los hábitos alimentarios, como «las presiones sociales y culturales, la selección, el consumo y el uso de porciones de los recursos alimentarios disponibles». El hombre es un ser social: se alimenta como lo hace su sociedad y según las normas culturales que definen y ejecutan, y con los recursos objetivamente disponibles, o sea: lo que es comestible, sabroso o prestigioso, siempre de acuerdo con las creencias religiosas o filosóficas, e incluso, nutricionalmente adecuados. Es así que son posibles las opciones más aberrantes en términos biológicos. Por ejemplo, el miedo a sufrir ciguatera[6] no siempre detiene al consumidor de la Polinesia de ingerir algo del pescado que, bien sabe, podría estar infectado, ya que, como las enormes lochas (*Epinephelus sp.*) se considera sabroso; y la ostentación impulsa a las personas más

6 Intoxicación alimentaria por ingesta de peces ciguatos, que se alimentan y habitan en los arrecifes coralinos. Es endémica en los trópicos y subtrópicos (N. del T.).

prominentes de la sociedad japonesa a comer *fugu* (*Tetrodon Osteichtyes*), un pez cuyo hígado y genitales contienen un veneno mortal.

Mala adaptación de la alimentación infantil tradicional

Los hábitos alimentarios de los niños se forjan en la edad más temprana, pero ello no los prepara, necesariamente, para una nutrición óptima. Es inquietante observar que la alimentación infantil sea una de las áreas en donde es más evidente la brecha entre las necesidades biológicas de los consumidores y sus hábitos alimentarios. Y si bien es cierto que «comer de mamá es comer seguro», es poco frecuente que las sociedades tradicionales desarrollen, en beneficio de los niños y después del destete, una dieta que tenga en cuenta sus requerimientos específicos de proteínas (Garine, 1984: 739). Por lo general inician su alimentación a base de hidratos de carbono, alimentos que fácilmente generan una sensación de saciedad, pero de los cuales es necesario ingerir una cantidad enorme como para satisfacer las necesidades proteínicas cotidianas. Por otra parte, las proteínas animales les son medidas por motivos empíricos y de orden simbólico. Si el niño sufre desnutrición proteicocalórica se debilita, disminuye su entusiasmo y se hace vulnerable a las infecciones. Se comunica cada vez menos con su madre, de quien recibe cada vez menos atención y comida, y finalmente muere. Esta situación es tan común que autores como Yengoyan (1972) Gokulathathn y Verghese (1969), y Scrimshaw (1978), no excluyen la hipótesis de un mecanismo interno inconsciente que contribuye a modular la expansión demográfica sobre la base de los recursos del medio. ¿Nos encontramos aquí ante un rasgo adaptativo de segundo grado?

Bienestar y estrés: cultura y biología

Divergencia entre la adaptación biológica y la cultural

Muchos autores han hecho hincapié en la tendencia de las sociedades a mantener una cierta continuidad y a «la reproducción de sus relaciones sociales» (Balandier, 1971). ¿Existirá alguna preocupación por satisfacer las necesidades biológicas? ¿Podemos, por el contrario, considerar que la adaptación cultural es independiente de cualquier propósito biológico? Las cosas están lejos de ser tan simples.

Es posible que algunos adeptos de la antropología cognitiva estén listos para recibirla, pero, ¿no aceptan ellos la idea de que el pensamiento humano se basa en el principio de oposición binaria, que tiene su origen en la constitución física del cerebro? (Morin, 1986: 98). Se puede admitir que los hombres evolucionan hacia lo que podríamos llamar «lo imaginario de su cultura». Pero esto no los libera del mundo material; constituye, sí, la pantalla que filtra en la realidad lo que será considerado como significante e inducirá a conductas que les lleven a satisfacer las necesidades que restituyan su cultura, así como las exigencias biológicas. Ambos aspectos se retroalimentan constantemente.

Necesidades y satisfacciones

Como sea, las necesidades simbólicas responden a menudo a soluciones simbólicas, que pueden no tener impacto sobre el bienestar biológico o bien, incluso pueden comprometerlo. «La adquisición de la experiencia se inserta en la lógica simbólica» (Augé, 1986: 81); y es a través de ésta que se produce cualquier acción sobre la realidad material o inmaterial.

Según lo escrito por Crocker (1985: 13),

> Los *bororo* viven su existencia cotidiana [...] sobre todo en aquello que podría llamarse lo realmente imaginado, pues interpretan a la realidad que perciben en términos de una antítesis filosófica, que comprende dos términos: *bope*, que corresponde a un proceso que implica cambios psíquicos [...y] *aroe*, que se refiere a la inmutabilidad de la realidad física.

Sin duda, aquí se puede pensar en la polaridad del *yin* y del *yang* de la cultura china.

Podría resultar excesivo adoptar por completo la perspectiva de Augé (1986: 8) que afirma que «la lógica simbólica jamás contradice la experiencia y parcialmente se basa en ella». La experiencia muestra que en la mayoría de las sociedades hay grupos que, como reacción contra la dura realidad, se substraen del mundo empírico constituyendo refugios a partir de algunos carices culturales, buscando con ello un reconocimiento original. A menudo usan drogas o alcohol para lograr el éxtasis, la posesión y un conocimiento juzgado superior, o eso que Aimez llama «una embriaguez narcisista» (1979: 102).

Cultura, psiquismo y biología

Las satisfacciones que son del ámbito de la consciencia y que se basan en interpretaciones objetivamente erróneas, pueden tener una incidencia sobre la biología. El psiquismo juega en esto un papel esencial. El hombre se representa la realidad, vive en un mundo de símbolos que le afectan emocionalmente y que reaccionan de manera indirecta y variable sobre su fisiología. Tal como lo escribe Dubos (1981: 221): «Para los fisiólogos y los psicólogos [...] una respuesta es adaptativa cuando permite a la persona mantener una homeostasis, un equilibrio, a través de procesos metabólicos, hormonales o mentales, que tienden a corregir los efectos desorganizadores que las fuerzas presentes en el ambiente ejercen sobre el cuerpo y sobre la mente».

Bienestar psicológico y mental

Por tanto, es pertinente decir que la cuestión de la salud física y mental —del bienestar biológico y cultural— implica, sobre todo en este último caso, un cierto equilibrio en el contexto social —una adecuada integración social—; y con respecto a los sistemas de representación, un cierto éxito de acuerdo con las escalas de valor en uso. Dicho de otro modo, no se puede escapar del marco de la cultura. Estas satisfacciones y frustraciones, que puedan ser imaginarias, son de orden psicológico, actúan sobre el psiquismo y pueden reaccionar sobre el ser biológico.

La noción del estrés

Es por medio de una noción como la del estrés (Selye, 1956), que se puede concebir la correlación entre los dos ámbitos. Según Mims (1981: 167), este término corresponde a «todo trastorno que intervenga en la homeostasis del cuerpo, lo suficientemente grave como para causar una acción corporal coordinada, una respuesta destinada —en el contexto de la evolución— a hacer frente a este tipo de desequilibrios». Por lo general se refiere a los estímulos físicos: el frío, el calor, la altitud o el hambre. Pero como escribe el mismo autor, la respuesta hormonal y neural puede producirse sin la presencia física del estímulo. En la especie humana el estrés puede ser de origen social o psi-

cológico y causar las mismas reacciones que el estrés físico; incluso si sólo se trata de una amenaza de agresión —imaginaria o simbólica—, ésta no tendrá un efecto material menor sobre el ser biológico. Hace ya más de cuarenta años, en una famosa observación se registró que la tensión creada por una profesora con tendencias sádicas, contribuyó a frenar el crecimiento de los estudiantes de los que ella era responsable, provocándoles materialmente una disminución en la secreción de la hormona del crecimiento (Widdowson, 1951, citado por Eveleth y Tanner, 1976: 260).

Mecanismos de acción del estrés

A través de diferentes mecanismos del sistema nervioso que causan la producción de hormonas (catecolaminas, glucocorticoides, etc.), el corazón late más rápido y bombea más sangre: los vasos se dilatan, la función digestiva se detiene, etcétera. Se puede medir la ansiedad por medio del flujo sanguíneo del antebrazo (Kelly, 1966; Wolf, 1965). El mismo Wolf describió con gracia la influencia de las emociones de su camarero Tom, quien sufría de úlcera péptica, sobre el estado de su mucosa gástrica. Sin embargo, se debe evitar la adopción de puntos de vista demasiado simplistas. Los investigadores que están interesados en estos temas, llaman la atención sobre el hecho de que estas hormonas «de estrés», en relación con el síndrome primitivo de agresión-fuga son, más bien, indicadores de los niveles de excitación mental (Jenner, Harrison, Day, Huizinga y Salazo, 1982; Harrison, 1984), y que podemos preferir la latencia del sueño (tiempo que tardan en dormirse los sujetos) como indicador del bienestar (Harrison, 1987: 750).

Consecuencias biológicas de los desequilibrios de origen cultural

Está claro que todavía estamos moviéndonos en un terreno en el que es difícil establecer relaciones precisas de causa y efecto entre estímulos culturales, el estrés que causan y sus consecuencias fisiológicas. Por lo general uno se limita a evocar más la influencia de las constelaciones, que «el tipo de vida urbana», por ejemplo (McCall y Nestel, 1981: 181-184). Entre otros, Mims (1981: 173) sugiere que, pese a que consta el estrés asociado con el escapismo o con la agresión, existe el que se asocia con el aburrimiento, con la autoevaluación

negativa, la desesperanza o el duelo. ¿No estaría relacionada ésta última condición —según ciertos autores— con algunos trastornos psicosomáticos, como la colitis, la artritis o las enfermedades de la piel? Parkes (1964) incluso sugiere que la tristeza podría aparecer como un elemento importante para la psicopatología, como la inflamación para la patología. La acción del estrés mental es compleja y en mucho desconocida, pero se trata de mecanismos materiales y cuantificables esenciales, según los cuales la cultura afecta a la biología de los individuos que integran la sociedad. No hay duda de que sería útil releer con un nuevo enfoque, los trabajos de los miembros de la escuela de la personalidad básica, publicados a finales de la Segunda Guerra Mundial, especialmente los de Benedict (1946) y Kardiner *et al.* (1945), sobre las ideas conscientes e inconscientes compartidas por la mayoría de los individuos en una sociedad dada y que dictan su comportamiento como grupo. Las enfermedades psicosomáticas y el ámbito de la psicopatología, que siempre poseen una dimensión cultural (*culture bound syndrome*)[7] (Simons y Hughes, 1985), son campos de investigación enormes aún poco explotados. ¿Que decir, en nuestra sociedad contemporánea, sobre las relaciones que existen entre la imagen corporal idealizada, la obesidad, la bulimia y la anorexia nerviosa? (Aimez, 1979; Ritenbaugh, 1982; Wadden y Stunkard, 1988; Durif, 1990).

Dicho lo anterior, me gustaría analizar dos ejemplos tomados del campo de la alimentación, que ponen de manifiesto la naturaleza arbitraria y ambigua de la influencia de la cultura, sobre la fisiología y la adaptación biológica. Me refiero al «hambre de carne», y a la valoración del exceso de peso en las curas de engorda (*guru*) ejercidas por los masa de Camerún.

El «hambre de carne»

El «hambre de carne» es un concepto vago que puede ser definido, a falta de mejor alternativa, como la referencia a un apetito incontrolable por consumir proteínas animales: organolépticamente atractivas y rápidamente asimilable por el organismo. Se observa con frecuencia en poblaciones condenadas, permanente u ocasionalmente, al consumo de una dieta vegetariana. Pagezy

7 Síndrome de la cultura con destino (N. del T.).

(1988a) describió la dramática situación que se nota entre los *twa* de Zaire[8] durante la estación lluviosa: los aldeanos se quejan de hambre e incluso de hambruna y el pueblo se llena de niños llorando. ¿Qué significa esto materialmente hablando? Las personas se quejan de la monotonía de la dieta y de la ausencia del alimento más preciado: la carne. El consumo de alimentos de origen animal se reduce en 40 por ciento (que sigue siendo de 70 g, lo que está por encima de la ingesta recomendada por la FAO y la OMS) y la energía en aproximadamente 200 calorías, pero la dieta conserva un valor nutricional manifiestamente igual. De cualquier manera y de acuerdo a nuestros estándares occidentales, la reducción no es suficiente para aparecer como una hambruna y provocar reacciones emocionales intensas. El mismo tipo de fenómeno es señalado por Bahuchet (1985) entre los pigmeos *aka*. Por tanto, parece que es el acceso a los alimentos culturalmente valorados —aunque aún sea necesario definir el término— y no una disminución significativa en la cantidad de energía y proteína, lo que causa el estrés del «hambre de carne». Y es de manera análoga que Crocker (1985: 30) observa que los bororo se quejan de «no tener nada que comer toda la semana», si no tienen acceso durante este tiempo a la carne de animales de gran tamaño.

Lo más asombroso, como ha señalado Pagezy (1986), es que este ligero descenso en la dieta, escasamente registrado por la antropometría aplicada a los adultos (disminución de aproximadamente 1.6 kg entre los hombres y 1.25 kg entre las mujeres), se traduce en un efecto negativo apreciable sobre la variación del peso de los niños durante el mismo período, es decir, una diferencia de peso de -40 g por mes. Es evidente que muchos factores, como el aumento en la incidencia de enfermedades parasitarias durante este tiempo, deben también ser tomados en cuenta, tanto como la acción del estrés psicológico sobre el estado nutricional de la madre o en la producción de leche.

La demostración de causa y efecto es obviamente dificultosa, pero es desde una perspectiva similar que se podría buscar el límite a partir del cual el hambre se percibe como penosa. ¿Cómo distinguir en las diferentes culturas el apetito del hambre, el hambre de la hambruna y mostrar la parte ocasionada por el estrés psicológico y el desequilibrio material? La misma investigación podría hacerse sobre la saciedad. También se puede cuestionar el hecho de que los períodos de escasez, percibidos como estresantes desde una

8 Actualmente la República Democrática del Congo (N. del E.).

perspectiva europea, tal vez no lo sean en el contexto cultural de la población considerada (Garine y Koppert, 1990). ¿Existen los universos culturales y biológicos que reflejen la adaptación alimentaria?

Valorización cultural de la gordura

¿En qué medida, el modelo corporal culturalmente valorado corresponde a lo que está mejor adecuado al ambiente, biológicamente hablando? En este ámbito, parece que el hombre se comporta como un animal esnob, que busca dificultades, tiene manía por la paradoja y finalmente juega con su adaptabilidad biológica. Si las cualidades de promoción en una población de pastores nómadas son la agilidad y la resistencia, ¿por qué los *maue* y los *tuareg*, que valoran entre las clases sociales más altas a las mujeres obesas, condenaron hasta hace poco a sus jóvenes a una penosa alimentación cebada? ¿Debería percibirse una visión premonitoria de las relaciones que los biólogos aún debaten, entre el espesor de los pliegues cutáneos y la fertilidad, o bien la preocupación de acumular reservas adiposas para la maternidad? (Huss-Ashmore, 1980; Low, Alexander y Noonan, 1987). No es evidente que estas opciones culturales sean adaptativas en el sentido entendido por los biólogos. Por el contrario, podrían evocar el prestigio de una delgadez digna de pastores sedentarios en nuestra sociedad contemporánea y plena, donde todo predestina a la gordura. Este tipo de paradoja es característica del hombre. Su cultura no siempre conduce a adoptar las soluciones más fáciles o más eficaces para lograr un óptimo biológico. En este aspecto, hay sociedades mejor adaptadas que otras, y es dudoso que pudiese existir una gran intención subyacente destinada a reconciliar a la Naturaleza con la Cultura.

Curas de engordamiento entre los hombres masa: guru

Los masa del norte de Camerún tienen una economía alimentaria mixta, basada en la agricultura, la pesca y la ganadería. Logran una dieta que les garantiza un consumo anual promedio de 2 544 kilocalorías por habitante, con un aporte de 97 g de proteína por día, de los cuales, 37 g son de origen animal, hecho sobresaliente en una población de la sabana africana (Garine y Koppert, 1988). Esto no excluye la existencia de una escasez estacional, de duración y

agudeza moderadas, de alrededor de un mes, que les hace perder peso: dos kilos en promedio en años favorables, y cinco en años difíciles (Garine y Koppert, 1990: 241).

En la vida cotidiana, los hombres que participan en el *guru* son favorecidos, frente a las mujeres y los aldeanos comunes, con el acceso prioritario al consumo de leche de vaca. Además, durante el curso de las curas colectivas disponen de un régimen de calorías más abundante que los hombres del mismo grupo de edad (una diferencia que va de 3 050 kcal y 45 g de proteína animal a 4 125 kcal y 83 g de proteína animal, en promedio per cápita anual), que en la escala individual alcanza 13 422 kcal en promedio y 135 g de proteína animal, durante la cuarta semana de una cura de dos meses (Garine y Koppert, 1991).

Los beneficios que el *guru* ha otorgado a los hombres que han participado, en su mayoría en varias ocasiones durante su vida, son obvias. En términos de bienestar cultural y psicológico, se han convertido en estrellas de la sociedad: hermosos, prósperos y populares. Fueron capaces de acceder una dieta excelente, como lo demuestra su antropometría: peso significativamente mayor en todas las estaciones. Este es el grupo de edad más numeroso (de 20 a 34 años y de estatura, peso y perímetro braquial significativamente más elevados), del cual son excluidos los individuos de mayor edad. Este hecho no se da entre los *musei*, vecinos de los masa, quienes no practican la cura de engorda de los hombres.

También es posible para los involucrados en el *guru*, ampliar el número y el alcance de sus conquistas femeninas: es probable que dejen una descendencia abundante, mientras que la población masa en su totalidad se beneficie con la mezcla genética a la que contribuye la institución *guru*. Estamos aquí ante perspectivas similares a las del darwinismo: es el hombre —el guerrero defensor de la familia— el que es privilegiado, sin que haya más guerras que llevar a cabo. Hoy en día el héroe no utiliza sus excedentes energéticos en las actividades productivas de las que podría beneficiarse su propia familia y la población en su conjunto.

Consecuencias en la población femenina

Inversamente, las mediciones antropométricas sugieren que las mujeres masa gozan de un estatus nutricional menos favorable y experimentan más rápidamente los efectos del envejecimiento (disminución más rápida de altura, peso y perímetro torzal) (Froment, 1984), que las poblaciones vecinas, como los musei, quienes no observan el *guru*.

Existe también entre los masa un nivel muy alto de mortalidad infantil: 47 por ciento en 1976, si se cuentan los mortinatos y abortos, y 46.3 por ciento en 1980. En ese año, sobre 393 embarazos, 41 por ciento de los nacidos falleció antes de cumplir 5 años, mientras que 11 por ciento de las muertes correspondieron a neonatos y abortos (Koppert, 1981: 126). Esta situación puede ser imputada al estatus desfavorable de las mujeres. ¿Podríamos entonces plantear la idea de que los beneficios para los hombres en términos de reproducción no pueden encontrar su efecto pleno, debido a la situación de desventaja de las madres que sufren las consecuencias de los privilegios alimentarios de los hombres?

Ventajas simbólicas y bienestar mental

Estamos lejos del tratamiento privilegiado de la mujer primípara, e indirectamente su hijo, según lo descrito por Pagezy (1983) en el caso de los *oto*. Sin embargo, los beneficios del *guru* se encuentran en el nivel simbólico y en una perspectiva más amplia. El *guru* individual, en cuyas detalles no entraremos aquí (Garine 1984, Garine y Koppert, 1990: 265; 1991), hace que los participantes tengan acceso a un régimen alimentario pletórico, que puede ser interpretado como un caso típico de consumo ostentoso (*conspicuous consumption*). Esto implica más de 10 000 kcal por día durante dos meses, para un aumento de peso de más de 25 kg, lo que ocurre precisamente durante el periodo escasez de alimentos. Pone en gran forma física al sujeto sometido a la cura de engorda y lo hace pesado para una buena participación en competencias de lucha libre, donde se enfrentan diversos pueblos. Por otra parte, a los ojos de todos despliega su propio prestigio y la prosperidad del grupo que le proporcionó la abundante comida a lo largo de un periodo tan crítico. Pero la apuesta se sitúa en otro ámbito: el del éxito del candidato por haber alcanzado una buena salud

después de una sesión en la que se le consideraba particularmente vulnerable a la brujería, es testimonio de que obtuvo la gracia de poderes sobrenaturales. Si a esto se agrega que el periodo de engorda del participante es paralelo al crecimiento de las espigas de sorgo rojo (*Sorghum caudatum*), «el súper alimento cultural», la institución *guru* se revela como un procedimiento cultural que se sobrepone a lo impredecible, que clama simbólicamente la independencia de la sociedad masa frente a las incertidumbres del período de penuria de alimentos y frente a los riesgos climáticos. Esta es una manera de cantar en la oscuridad y mantener el bienestar psicológico durante un periodo materialmente difícil. Puede experimentarse el período de escasez en la morosidad u obtener poco de satisfacción a partir del hecho de que, durante dicho período se fue capaz de mantener a una persona próspera, cuyo éxito podría anunciar la próxima cosecha. En este punto es posible aventurarse y dar un paso más: las mujeres que son expuestas a privaciones más agudas, ¿asumen la euforia de la prosperidad y la belleza de la que gozan sus hijos, maridos y amantes respecto de la engorda a la que fueron sometidos? ¿Contribuye esta euforia a aliviar el estrés nutricional que sufrieron durante este período de escasez? Como dice la canción: «¡Don't worry, be happy!».[9] ¿Cuáles son, entonces, las consecuencias en términos de adaptabilidad biológica? Ellas no tendrían que ser excluidas.

Consecuencias del modo de vida urbano

En entornos tan contrastantes como los medios urbanos y rurales, comienza a ser posible poner en evidencia la relación que existe entre los distintos tipos vida, el estrés que causan y la existencia de ciertas afecciones (Hanna *et al.*, 1986; James *et al.*, 1989).

Los trabajos de Harrison y Jenner y los miembros de su equipo, que se esfuerzan por establecer la relación entre

> el nivel de excreción de catecolaminas y ciertos factores psicológicos como la experiencia de las limitaciones de tiempo de trabajo, las frustraciones, la tendencia a dar «fechas límite» (precisas para cumplir los plazos) y una sensación subjetiva de esfuerzo (Jenner *et al.*, 1987: 1)

9 En inglés en el original [¡No se preocupe, sea feliz!] (N. del T.).

abren vías interesantes. En una perspectiva intercultural, sugieren que el estilo de vida urbana moderna tiende a aumentar la actividad del sistema nervioso simpático. Si se les compara con los niveles de estrés medidos en obtenidos en las culturas del Pacífico, en particular en Samoa, las diferencias son perceptibles (Hanna *et al.*, 1986). Según Harrison (1984: 168), se puede considerar que «el nivel de hormonas del estrés, como las catecolaminas, es uno de los componentes de adaptación y que los niveles elevados son indicativos de una incapacidad para realizar la homeostasis». Lo anterior es posible, dado que se admite que «algunas personas simplemente responden al estrés de una manera que conduce a la hipertensión, a las enfermedades coronarias, a la neurosis de ansiedad, y que pueden ser consideradas como mal adaptadas» (Mims, 1981: 178). Estas hormonas juegan, sin duda, un papel en la etiología de las enfermedades cardiovasculares que afectan aproximadamente a un tercio de la población masculina adulta en los Estados Unidos, el Reino Unido y Australia (Boyden, 1970: 199). Parecería que la moderna civilización urbana, que se extiende por todo el mundo, exporta sus inherentes factores de estrés, mismos que se presentan de manera diversa en términos de adaptación.

Mala adaptación material

Por tanto, en relación con la reciente evolución de las sociedades humanas —incluso en las zonas rurales—, encaminadas hacia el estilo de vida impuesto por la sociedad moderna, dos aspectos de la adaptación ameritan ser examinados. Aquellos que causan una flagrante adaptación negativa, en el sentido biológico, relacionados con las condiciones materiales de la existencia, como, por ejemplo, los de la vivienda en el municipio de Johannesburgo, donde la tuberculosis es 18 veces más común que en los barrios residenciales europeos (Boyden, 1970: 200). Y los que se desprenden de lo exiguo de los recursos monetarios, hecho que obliga a fracciones importantes de la población, en muchos lugares, a consumir principalmente carbohidratos baratos, de fácil disponibilidad y almacenamiento, pero responsables de varios tipos de malnutrición.

Más delicados son los casos que pueden ser interpretados como la consecuencia de un divorcio entre una adaptación genética primitiva y las condiciones de la vida contemporánea. En esta perspectiva, Freeman (1988: 161) subraya que las anemias por carencia de hierro que se producen entre los *inuit*,

a pesar de un consumo relativamente alto de carne roja, de acuerdo con las normas generales, pueden derivarse en una deficiencia de los mecanismos de absorción de hierro, propio de un régimen alimenticio tradicional en exceso carnívoro. Confrontados con los niveles de vida de los Estados Unidos, los indios del norte de Estados Unidos y los inuit de Canadá o de Dinamarca, muestran un catálogo impresionante de desequilibrios [Berkes y Farkas, (1978), citados por Freeman, 1988: 162], en particular nutricionales, que son atribuibles al factor señalado —de adaptación genética primitiva— y debido a la adopción de nuevos alimentos, inadecuados pero cargados de prestigio. Este aspecto está presente en la mayoría de las poblaciones en vías de modernización, las cuales están dispuestas a cambiar sus dietas tradicionales relativamente equilibradas —que hoy se consideran retrógradas y sucias—, por alimentos de una modernidad a la que la mayor parte aspira.

Mala adaptación psíquica y cultural

La segunda categoría de fenómenos, que podría ser un territorio interesante para los antropólogos, está constituida por la incidencia del estrés que provoca la adopción, por parte de las poblaciones tradicionales y de los sectores marginados, de un estilo urbano moderno en los llamados países desarrollados. Se trata de un ámbito donde constantemente se entrelazan los perspectivas psicológicas y biológicas. Los inuit, de nuevo, ofrecen un ejemplo:

> … la desorganización social y cultural […] que es responsable, entre los individuos, de la confusión de roles, de los conflictos de identidad cultural, de los sentimientos de alienación y anomia […] están implicados en la etiología de numerosos problemas de salud pública [como] el abuso del alcohol, el suicidio, la esquizofrenia, la hipertensión, la diabetes y ciertas enfermedades crónicas como el cáncer (O'Neil, 1986: 249).

Nosotros añadiríamos el uso de drogas en ciertas sociedades. Se trata aquí del campo de la psicopatología y de las enfermedades psicosomáticas, de las que el mundo urbanizado no tiene la exclusividad. Pensemos, por ejemplo, en los hechizos, las maldiciones y las posesiones que constituyen la trama de las relaciones interpersonales entre las poblaciones africanas. De suyo, estos fenómenos se mantienen vivos gracias a la vida urbana y su naturaleza competitiva.

Algunos de estos síndromes se asocian con la impactante desigualdad de ciertas culturas o subculturas. En este sentido, O'Neill (1986: 250) trata con pertinencia el tema del «estrés colonial», que puede ser propio de un país y provenir de las relaciones que se establecen entre los diferentes grupos sociales, lo que se observa tanto en Canadá como entre los migrantes rurales en Dakar, en Senegal. «Este estrés se origina en una situación de cambio que confiere a las víctimas un estatus subordinado, una sensación de impotencia y una incapacidad para encontrar trabajo» (Beiser, 1978: 86). Considerando el modo contemporáneo de organización económica y social, se puede decir que el síndrome de impotencia se observa con frecuencias variables a lo largo y ancho de todo el planeta. Por lo tanto, es importante que la antropología contemporánea considere sus consecuencias psicológicas, culturales y biológicas. De hecho, muchos son los ejemplos en los que las tensiones provocadas por la vida cotidiana con toda su materialidad e incertidumbre, inducen a respuestas que remiten al ámbito simbólico, en donde el animal humano expresa su singularidad.

Adaptación simbólica y catarsis

Es en esta perspectiva en la que la religión puede aparecer como «el opio del pueblo» y poseer una función reguladora (Rappaport, 1971: 39), o donde son utilizadas las manipulaciones mágicas —que sacan a flote correspondencias simbólicas—, a falta de conocimiento o de medios, justo donde se hubiese esperado una acción fríamente racional. Es también aquí donde se busca un distanciamiento de las realidades imponderables de la vida cotidiana: en la posesión, en el éxtasis y, por qué no, en la emoción estética dentro del ámbito de grupos cerrados que promulgan sus propias normas, al margen de un modelo cotidiano irrealizable y que se rechaza asumir. La psicopatología ha insistido sobre ciertas similitudes entre los problemas alimentarios y de toxicomanía, «cuyo denominador es la búsqueda de formas regresivas: «una ebriedad narcisista» (Aimez, 1979: 102). La convivialidad de este tipo de experiencia puede comenzar sin el sopor causado por la digestión de un abundante banquete o de la excitación dancística mediante una música repetitiva. A menudo implica el uso de narcóticos, estimulantes o drogas y, más prosaicamente, del alcohol (WHO, 1980; Heath, 1987). Si somos capaces de iniciar un debate sobre la capacidad de estos últimos para facilitar las relaciones sociales o su empleo

catártico, habría que decir, según la formulación de Horton (1943: 223) que su «función primordial en todas las sociedades [es] la reducción de la ansiedad». Su consumo crece, se extiende a todo el mundo y a todos los grupos sociales. En el marco de las sociedades en las que nuestro equipo de investigación tiene una experiencia de primera mano, el incremento de ese consumo se observa tanto en Nepal como entre las poblaciones tribales de la India, en los pueblos de la sábana africana o en sus bosques pluviales, o entre los inuit. Su uso puede ser visto como una tentativa ambigua de adaptación a un entorno inestable —generado por las sociedades contemporáneas dominantes—, en donde la investigación sobre el bienestar psicológico y la que se ocupa del bienestar biológico están en conflicto. El alcoholismo aparece, entonces, como un «hecho social total», cuyas implicaciones, en términos de adaptabilidad biológica en el corto plazo, son evidentes.

Una antropología de la mala adaptación y del mal vivir

Dicho lo anterior, hay que agregar que se abre un espacio para una antropología biológica y cultural de las situaciones de crisis creadas por la rápida evolución de las sociedades contemporáneas. Parece oportuno incluir también en esta antropología las situaciones extremas creadas respecto de la adaptabilidad biológica del hombre. Un ejemplo bastará: la de los *pushers* de la ciudad de Calcuta (Amitabha Basu, comunicación personal); se trata de individuos cuya especialidad profesional consiste transportar mercancías en carretillas, cargas a menudo muy pesadas, en ocasiones incluso de varias toneladas. Si se comparan los rendimientos logrados con la dieta consumida, parece que nos encontramos frente a un rendimiento excepcional; pero no, va de la mano a una longevidad reducida.

Una antropología de la homeóstasis tradicional

De manera inversa, nuestra generación todavía atestigua la gran variedad de soluciones aportadas por las culturas tradicionales, a partir de subsistencias en entornos diversos y a menudo restrictivos. Por ello nunca hemos obtenido una conclusión definitiva sobre la adaptabilidad alimentaria de los grupos del interior de la Nueva Guinea, que subsisten y llevan a cabo las actividades energéticas propias de poblaciones que viven en medios montañosos, aunque

cuentan con dietas notablemente bajas en proteína animal (Ferro-Luzzi *et al.*, 1978). Ya no estamos para considerar la hipótesis de una aptitud original única para fijar, en el intestino, nitrógeno atmosférico (Hipsley y Kirk, 1966; Oomen y Corden, 1970; Sinnet, 1975); tampoco lo estamos para los casos límite que son comparados con los que la ciencia considera normales (Norgan *et al.*, 1974: 347). Sin embargo, ¿se trata de situaciones donde se realiza un equilibrio en un nivel inferior del que se considera aceptable, de acuerdo con las normas establecidas por la ciencia occidental de las sociedades modernas? ¿Nos encontramos ante «un estado que no se caracteriza por contar con nivel benigno de afecciones endémicas y crónicas [? ¿] Acaso no se trata de un estado donde las enfermedades son eliminadas, sino más bien de un estado que manifiesta su control a un nivel aceptable?» (Wirsing 1985: 315). ¿Es, por el contrario, una situación que pesa tanto en la morbilidad y en la mortalidad de la población, y que por tanto es difícil hablar de equilibrio? (Dennett y Connell, 1988).

Conclusión

Dos vías se desbrozan: a) desarrollar una antropología de las situaciones de crisis, del mal vivir, de la mala adaptación a la esfera de influencia de la sociedad urbana y de algunas sociedades rurales que lo consienten; b) observar las adaptaciones, incluyendo las fisiológicas —a menudo eficaces— así como las económicas poco destructivas del ambiente natural.

Trabajar en estas dos perspectivas en la franja de las ciencias biológicas y humanas y examinar las relaciones que existen entre el ambiente, la cultura y la biología, exigen la creación de programas de investigación originales, pluridisciplinarios y caros. Éstos deberán cubrir un ciclo estacional, por lo menos, y permitir la transferencia de técnicas de laboratorio más orientadas al estudio del hombre en su entorno natural: más bien su pueblo que el hospital.

¿Podrían ser cometidos rápidamente? El tiempo apremia…

Traducción del francés de Sergio Gama
Revisión y corrección de Bárbara Gama y Ricardo Ávila

Alimentación, cultura y sociedad[1]

La satisfacción de las necesidades alimenticias es una condición indispensable de la supervivencia de los seres vivos. El hombre parece haber resuelto este problema de manera algo diferente a la que puede observarse en otros animales. El hecho de poder subsistir tanto a proximidad del polo como en las selvas ecuatoriales, se debe a su fisiología generosa de omnívoro y a su carácter de animal social dotado de cultura, de la función simbólica y de la capacidad de poder recrear un microentorno que le resulte favorable. Sin embargo, es posible preguntarse si los esfuerzos que realiza para ajustarse a las normas que le dicta su cultura y que son propias del campo de lo simbólico, están siempre orientadas en el sentido más favorable de su adaptación en el plano biológico, tanto a corto plazo como individuo, cuanto a largo plazo como especie humana.

La alimentación constituye precisamente un campo donde subsiste una relativa discontinuidad entre los dos ámbitos. Sabemos que en el hombre existen mecanismos internos de regulación de la alimentación que tienden a mantener ciertos equilibrios en el organismo y que a menudo fallan. Para convencerse de esto basta observar las consecuencias patológicas de la alimentación sobreabundante en las sociedades industrializadas. Mientras que el tipo de vida tiende a reducir el gasto energético, se valoriza el consumo de proteínas animales, de alimentos grasos y azucarados, así como de productos excitantes o tóxicos cuyo valor nutritivo resulta por lo menos discutible.

¿Puede decirse que esta evolución es característica reciente de nuestras sociedades urbanas situadas en un espacio completamente reconstruido, carentes de ritmos naturales y sin tiempo para adaptarse a presiones de un nuevo tipo? No es en absoluto seguro. En el plano de la alimentación hay que descon-

1 Publicado en *El Correo de la* UNESCO. *El hombre y lo que come*, 1987, UNESCO, año XL (mayo): 4-7.

fiar del providencialismo ecológico, como también de la afirmación de que las sociedades tradicionales «poseen naturalmente el régimen alimenticio que más les conviene fisiológicamente».

Como observara Margaret Mead (1945), las sociedades humanas hacen una selección entre las posibilidades alimentarias que les ofrece el medio y que los recursos técnicos disponibles ponen a su alcance. La supervivencia de un grupo humano exige por supuesto que su régimen alimentario satisfaga sus necesidades nutritivas. No obstante, el nivel de satisfacción de estas necesidades, cuya definición sigue siendo controvertida, varía cualitativa y cuantitativamente de una sociedad a otra. También cambia en el interior de cada una de ellas según la categoría de edad, el sexo, el nivel económico y otros criterios.

A menudo, hay potencialidades alimenticias que se descuidan o que se utilizan para satisfacer otras exigencias. El ejemplo más frecuentemente evocado es el de la población hinduista de la India, a la que el respeto de la vida animal condena, por razones religiosas y filosóficas, a un vegetarianismo de amplitud variable. Las poblaciones de pastores que en un principio disponen de leche y de carne en abundancia, suelen consumir éstas con moderación. El rebaño está destinado a procurar otro tipo de satisfacciones diferentes de las alimenticias, por ejemplo, la posibilidad de contraer matrimonio.

Son numerosas las poblaciones africanas ubicadas en zonas climáticas donde aún es posible el cultivo de cereales pero que prefieren, por resultar menos fatigoso, el de tubérculos y, especialmente, de mandioca, nutritivamente menos interesante. El hombre se alimenta como lo hace la sociedad a la que pertenece. Su cultura define la gama de lo que es comestible y las prohibiciones alimentarias que eventualmente los discriminan respecto a otros grupos humanos.

La diferencia más perceptible entre lo recomendado por la cultura y aquello que resulta nutritivamente indispensable se observa particularmente en el ámbito de la alimentación infantil posterior al destete, hasta el punto de que casi podría verse aquí un mecanismo interno de selección destinado a rebajar la presión demográfica en las sociedades tradicionales. Fuera del seno no hay salvación. Luego del destete, el niño recibe casi siempre aquello que se considera como la mejor alimentación posible: el pan cotidiano. Tanto mejor si con éste obtiene la ración proteínica necesaria para asegurar su crecimiento y hacer frente a las infecciones. En la mayoría de los casos el niño es concebido como

un hombre pequeño y recibe una ración adecuada a sus dimensiones pero no a sus necesidades específicas de proteínas.

No hay duda alguna de que las poblaciones que sufren desnutrición por razones diversas, entre ellas ciertas opciones culturales disfuncionales, pagan también un tributo en términos de mortalidad —sobre todo infantil—, de desarrollo físico de longevidad. No obstante, la influencia de la desnutrición es difícilmente separable de la de las grandes endemias. En las sociedades tradicionales existe una diferencia notable entre los recursos alimentarios virtuales, aquellos que son conocidos y los que son efectivamente utilizados. Muy a menudo, la subsistencia descansa en unos cuantos alimentos básicos de origen vegetal que aportan, incluso entre la mayoría de los cazadores y pescadores, lo esencial de las calorías de la dieta.

¿Cuáles son las razones de que los hombres opten por lo que Jelliffe (1967: 274) llama «los superalimentos culturales»? Es necesario tener en cuenta los aspectos prácticos —eventualmente nutricionales— y los aspectos simbólicos, entre los cuales figuran la búsqueda de prestigio y el deseo de emular a un modelo admirado. Estos alimentos aparecen frecuentemente como el producto de la diligencia divina, el «pan cotidiano». Los hábitos alimentarios, las preferencias y las repugnancias se originan en las características organolépticas de los platillos en que esos alimentos se consumen. A partir de estas preparaciones se elaboran la gastronomía de los hombres y la cocina de los dioses, pues ofrendas y sacrificios constituyen un medio privilegiado para comunicar con el más allá. Pero no solamente con ayuda de alimentos vegetales. La carne irrumpe en la dieta por la celebración: su consumo tiene casi siempre un carácter festivo o ritual. La sangre aparece como un elemento esencial, tanto en el sacrificio védico como en la misa o en el acto de degollar un pollo ofrecido a los antepasados en un culto africano.

La preferencia por algunos alimentos y por determinados platos en los diferentes grupos humanos no supone en modo alguno que posean un valor nutritivo efectivo; de alguna manera este valor se da por añadidura. Lo que más a menudo se busca es un alimento que procure rápidamente una sensación de hartazgo. Tal ocurre, por ejemplo, con la espesa papilla de los *masa*, obtenida a partir de una harina no cernida en que subsiste una notable cantidad de elemento glucídico indigestible que justamente aporta ese sentimiento de saciedad pero dificulta la asimilación de otros componentes de la ración.

El hombre no es un animal frugal; según Stini (1981), es uno de los mamíferos más aptos para almacenar los lípidos. El deseo de darse un atracón, la participación en un festín colectivo al que se invita tanto a los vivos como a los muertos y su digestión en común, constituyen uno de los principales lubricantes de las relaciones sociales y un germen de comunión en la mayoría de las sociedades tradicionales.

En el plano cualitativo, desde las primeras horas de su existencia el niño se halla en contacto con los sabores y con las texturas que caracterizan la alimentación de su grupo. Y aunque su sensibilidad gustativa es un elemento original, individual, ella misma recibe desde su inicio el sello de su cultura. La reacción emocional del niño a los alimentos que esta sensibilidad le proporciona como buenos, para él son un factor de su integración social. No hay duda de que la plasticidad relativa de los hábitos alimentarios precoces es una característica con la cual hay que contar para el futuro de nuestra especie. Si las condiciones de supervivencia de una población lo exigen, o por motivos menos nobles, se pueden modificar profundamente las costumbres alimentarias de los individuos que la componen, a condición de hacerlo desde el nacimiento.

Sin que la relación entre alimentación y salud física esté claramente identificada, todas las sociedades conceden de cierta manera una eficacia mágico-médica a los alimentos. El principio general es que debe proporcionarse al cuerpo —y al espíritu— aquellos alimentos que resulten más adecuados desde el punto de vista material y, también simbólico. En el mundo occidental tendemos a referirnos a la medicina galénica según la cual los alimentos se transforman en humores, de cuyo equilibrio depende la salud de los individuos. Pero, qué decir de los complejos sistemas de correspondencia de la India y de China, en cuya elección de los alimentos se consideran tanto los elementos fundamentales del Universo como los coyunturales: lugar, estación, hora y características singulares de cada individuo.

«Dime lo que comes y te diré quién eres», escribía Brillât-Sabarín desde 1826 (1885). El consumo de alimentos expresa el estatuto de los individuos según múltiples criterios: edad, sexo, nivel socioeconómico, etcétera, en el marco de una sociedad inserta en el espacio y en el tiempo y que se halla en contacto con otras sociedades globales. Ese consumo es un contrapunto de la mayoría de las manifestaciones sociales y traduce, quizás, inconscientemente, como sugiere Lévi-Strauss (1968), la estructura profunda de las sociedades.

Comiendo, el hombre exterioriza, ejerce de alguna manera su pertenencia social. Ello explica que la búsqueda de prestigio y de distinción, sea, como escribe Pierre Bordieu (1979), un elemento permanente de la dinámica de las opciones alimentarias. Esta dinámica se ejerce entre los individuos y los grupos de una sociedad y entre las sociedades tradicionales, que hoy se enfrentan con la avasalladora influencia de la civilización industrial urbana. Los ingresos pecuniarios se han convertido, sin duda en la principal variable que explica el consumo alimentario, pero la dinámica de la elección de alimentos está lejos de ser dominada. La mínima comprensión del proceso exige un conocimiento profundo de la problemática local en toda la complejidad de su historia particular.

Un solo ejemplo será suficiente. En el norte de Camerún los masa, los *tupuri* y los *fulbé* viven en grupos compactos y disfrutan de casi las mismas condiciones ecológicas. Pueden practicar los mismos cultivos, pero hasta hace poco ciertos masa se privaban del beneficio de los sorgos trasplantados en estación seca —que sin embargo conocen—, basando su rechazo en un argumento religioso: la maldición de la Tierra Nutricia contra el eventual innovador, probablemente para defender su autenticidad cultural frente a las otras dos poblaciones.

En la actualidad las creencias y los antagonismos tradicionales se han atenuado y los masa se consideran mejor integrados en la nación camerunesa. Han adoptado los sorgos trasplantados en estación seca y tienden a sustituir sus propias variedades de sorgo rojo por otras que producen harina blanca y por el arroz, que es el alimento de las capas sociales más favorecidas de la ciudad y el de los fulbé, el grupo que ha dominado históricamente la región. Esto demuestra que no hay que limitarse a considerar la influencia de la civilización industrial, sino que las culturas locales, que son independientes de aquélla, pueden también funcionar como modelo para las poblaciones vecinas. Es éste un resorte que raramente se aprovecha en materia de desarrollo.

Aunque se está produciendo una homogeneización de los modelos alimentarios cotidianos, debido a la mundialización de la economía alimentaria, los estilos alimentarios locales se mantienen vivaces y los productores tradicionales continúan elaborándose. Es seguramente posible que los países en desarrollo se liberen parcialmente de las importaciones de alimentos, si deciden

dedicar a las producciones autóctonas un esfuerzo de promoción semejante al impreso a los productos importados.

Existen múltiples razones que explican la permanencia de un cierto apego a los alimentos locales, y una de ellas es de orden material: el ideal de las sociedades rurales sigue siendo la autosuficiencia alimenticia, ya que el dinero es algo demasiado escaso como para derrocharlo en alimentación. Las otras son simbólicas: los individuos se sienten emocionalmente ligados a las costumbres alimentarias de su infancia, generalmente marcadas por la cultura tradicional. La perpetuación del estilo alimentario original en la vida cotidiana o en las dietas, es una prueba de autenticidad y de cohesión social y una defensa contra las agresiones externas, inclusive en caso de emigración. Como observa Trémolières (1973), los consumidores se dividen en dos categorías: los que ubican la «Edad de Oro» en el pasado y son adeptos de la cocina tradicional «tal como la preparaba la abuela»; y los que se sitúan en el futuro y valorizan los alimentos científicos. Esta separación se observa también en los países en desarrollo.

Por supuesto, el advenimiento de la civilización industrial urbana ha modificado considerablemente la relación del hombre con su alimentación. Esta se ha vuelto independiente del tiempo y del espacio: a condición de poseer los medios necesarios, es hoy posible en ciertas sociedades consumir cualquier cosa, en cualquier momento, lugar o cantidad. Las opciones alimentarias son ahora individuales y los gustos personales, menos reprimidos que antes por las limitaciones materiales de la obtención de alimentos, se afirman cada vez más.

La ansiedad alimentaria ha cambiado de forma. El hambre estacional o la búsqueda brutal del hartazgo ha sido sustituida por una búsqueda permanente y lícita del placer alimentario que contribuye a la reducción de tensiones de origen diverso.

La producción de víveres se ha monetizado y los alimentos se han vuelto de alguna manera profanos, lo que no significa que la alimentación haya perdido su valor simbólico y su carácter social. Quienes eligen los alimentos consumidos en las comidas son siempre las amas de casa y, actualmente, los dueños de restaurante o los responsables de comedores. La selección que hacen se basa en muy variados criterios, cuya gama, debido a los progresos de la comunicación, sigue extendiéndose constantemente. La civilización urbana industrial es el receptáculo de numerosas subculturas. Cada grupo social posee sus valores, su estilo de vida y un registro alimentario que contribuye a ilus-

trarlos. En función de criterios muy diversos, cada grupo realiza una selección entre los innumerables recursos que se le ofrecen, lo que limita las posibilidades de que se establezca, como a veces se imagina, un modelo alimentario uniforme que valga para todo el mundo.

Antropología de la alimentación y pluridisciplinariedad[1]

Alimentación, fenómeno social

Desde 1932, momento en que Audrey Richards publicaba sus primeras obras sobre los *bemba*, y luego, en pleno apogeo de la Segunda Guerra Mundial, en 1941, Margaret Mead creaba del Comité para el Estudio de los Hábitos Alimenticios; desde entonces, la antropología de la alimentación se ha convertido en un área de investigación que está de moda.

En la medida en que la alimentación responde a la satisfacción de una necesidad primaria que tiene sus raíces en la fisiología del animal humano, los antropólogos se hallan aquí ante una confrontación entre naturaleza y cultura, tan rica simbólicamente al menos como aquella a la que da lugar la satisfacción de la apetencia sexual y el intercambio matrimonial. Claude Lévi-Strauss no se equivocó aquí consagrando en sus *Mitológicas* (1964, 1966, 1968, 1971) más de 2 000 páginas al análisis de los mitos americanos sobre el origen de la cocina, sus entornos y sus contornos. Al margen de la tesis estructuralista, la alimentación —que no puede reducirse a la cocina de la cual no constituye sino el campo que se presta más fácilmente a su formalización— aparece a muchos especialistas de las ciencias humanas como un verdadero contrapunto de la mayoría de las actividades sociales. Desde las fiestas del bautismo hasta las del fin de luto, el acto alimentario está presente casi por todas partes y se puede hablar aquí de un hecho social total en el sentido que le dio Marcel Mauss (1950).

Los miembros de la Escuela de la Personalidad de Base se han interesado también por el estudio de la alimentación, en particular por la de la primera infancia. Paralelamente, los especialistas orientados por el materialismo cultural,

1 Publicado en *América Indígena*, 1988, México, XLVIII (3): 635-650.

desde Hobhouse y sus colaboradores (1915) hasta Wissler (1926), Whiting (1964) y, más recientemente, los de la ecología cultural (desde Steward 1949, a Harris 1968, pasando por Vayda 1969, Rappaport 1967, o Lee 1979) ponen en primer plano de sus preocupaciones el análisis de los sistemas alimentarios, privilegiando, a menudo por razones desprovistas de inocencia, los sistemas de producción.

Dificultades de la pluridisciplinariedad

Pese a lo anterior, no se ha llegado a un estudio sistemático y pluridisciplinario del comportamiento alimentario del hombre en el medio en el que se desenvuelve normalmente, es decir, su sociedad y su cultura, cuyas características varían casi hasta el infinito. El tema examinado es de gran complejidad y exige la colaboración de especialistas en ciencias biológicas y en ciencias humanas. Ellos solos, los nutricionistas, se arriesgan rara vez a efectuar sus observaciones en un medio que les es culturalmente extraño y cuyos parámetros no controlan. Así, resulta que lo esencial de sus conocimientos relativos al comportamiento alimentario del hombre lo han adquirido en el marco de las sociedades industrializadas y, a menudo, en un medio hospitalario y frecuentemente a través de observaciones efectuadas sobre animales de laboratorio.

Por su lado, al antropólogo le repugna efectuar investigaciones cuantitativas sobre el consumo alimentario o sobre las características antropométricas ligadas a la nutrición en las poblaciones que él estudia. Las juzga monótonas, traumáticas para la población estudiada e indignas de un espíritu que estima destinado más bien a hacer aparecer progresivamente las estructuras profundas e inconscientes que caracterizan las sociedades y las culturas.

Hoy, es común admitir la existencia de relaciones entre la cultura material —en particular el sistema de producción—, la estructura social y los sistemas de representación que caracterizan una sociedad, pero se dice poco de las relaciones que existen entre la alimentación, sus consecuencias biológicas, la cultura material y los diferentes sistemas simbólicos que caracterizan a una sociedad.

Hipótesis transdisciplinarias

En efecto, resulta seductor proponer la hipótesis de que a ciertos rasgos del régimen alimentario corresponden aspectos de la organización económica, social y religiosa o de la mitología tradicional, y como ya se ha intentado establecer, un tipo de personalidad normal en la sociedad considerada.

¿No se refiere el régimen alimentario a las capacidades de consumo energético de los individuos en relación con las posibilidades que tienen los miembros de una sociedad determinada de procurarse alimentos? El ciclo parece cerrarse rápidamente. Puede hacerlo de forma dramática. A lo largo de la estación de lluvias de 1985, el duro periodo de escasez que golpeó a los masa y a los musei, pueblos que nosotros estudiamos, muestra, por ejemplo, que el recurso a los alimentos de emergencia puede estar lejos del alcance de los individuos más debilitados. La recolección de los tubérculos de *Cyperus rotondus* y de *Tacca involucrata*, de *Amorphophallus* y de *Chochlospermum* en matorral, y la recolección de las gramíneas, principalmente *Dactyloctenium aegiptiacum*, exigen desplazamientos relativamente amplios y demasiado fatigosos. Machacar, tamizar y moler los granos minúsculos de estas mismas gramíneas exigen un desgaste energético desproporcionado con las cantidades obtenidas, y son tareas difíciles de realizar por amas de casa desnutridas. Incluso puede uno plantearse la cuestión de si las cantidades obtenidas bastan para restaurar, en el caso de ama de casa, el desgaste energético efectuado en el curso de la preparación.

Pueden examinarse otros registros de correlaciones. ¿Existe un nexo entre la alimentación y la imagen corporal —obesa o esbelta— valorada en una sociedad? ¿Qué relación existe entre el recurso a la violencia física y el régimen alimentario? ¿Puede una sociedad, en la que los individuos están desnutridos desde su infancia y no llegan en el estado adulto más que a un desarrollo inferior a lo que les sería genéticamente posible, ser el teatro de una competición y de una violencia análoga a la que se observa en los *western*? ¿Cómo repercuten estos elementos sobre la literatura oral y simbólica?

En las sociedades en la que el hambre y las carencias alimentarias existen de forma endémica y pesan sobre la demografía (Bailey, 1961) y sobre ciertos caracteres físicos, ¿cómo son las repercusiones sobre los sistemas simbólicos y la organización? ¿Existe una literatura oral, una mitología, una ética de la miseria alimentaria en la que las prácticas del ayuno y el vegetarianismo estén

unidas? O bien, al contrario, ¿no existe ninguna relación entre los sistemas simbólicos y las exigencias biológicas y de nutrición en particular, remodelados por la cultura? No podría augurarse sino respuestas matizadas, pero se pueden multiplicar las hipótesis. Ahí se abre un campo fecundo para los que no rechazan la pluridisciplinariedad.

Pluridisciplinariedad y sistemas de investigación

La colaboración entre antropólogos y nutricionistas es excepcional. Durante largo tiempo, el estudio conjunto efectuado por A. Richards y Widdowson (1936) ha sido el modelo. La cooperación entre especialistas de las ciencias humanas y biólogos sigue siendo excepcional y, a menudo, unos y otros se han complacido en demostrar las dificultades que tienen para comunicarse a falta de un lenguaje común y en razón de la poca estima mutua que se tienen. Este antagonismo no podría ser más exagerado.

Los trabajo seguidos desde 1976, en el marco del equipo de Antropología Alimentaria Diferencial del Centre National de Recherche Scientifique (CNRS), muestran que es posible una colaboración entre ciencias biológicas y ciencias humanas, aunque se efectúe entre profesionales que se aprecian poco mutuamente. Sin embargo, se enfrenta con las diferencias metodológicas que caracterizan los respectivos trabajos de los nutricionistas, lo antropólogos culturales y los antropólogos físicos. La inmersión a la que se ve obligado el antropólogo cultural dentro de la sociedad que estudia, le condena a un trabajo de larga duración, en el que la información debe ser controlada y adquirida a un ritmo lento y en el curso de un largo periodo. Los antropólogos físicos pueden efectuar las medidas y las deducciones que caracterizan su disciplina en el curso de campañas intensivas de corta duración. El nutricionista, que debe efectuar un estudio cuantitativo de la alimentación, está obligado a una permanencia en el terreno durante los diferentes periodos característicos del año nutricional. Su sistema de trabajo es más rápido, pero su presencia es a mendo más traumática para la población investigada que la del antropólogo. Tampoco es evidente que la sucesión de los diferentes especialistas, en una misma comunidad, pueda ser fácilmente llevada a cabo.

Necesidades teóricas y prácticas

La alimentación humana sigue siendo mal conocida y no pueden satisfacernos los trabajos efectuados sobre la alimentación en los países en vías de desarrollo, porque están muy influidos por el sociocentrismo latente en sus autores. Una civilización «brillante» ¿está necesariamente asociada al derroche y a una alimentación metódica en la que abundan las proteínas animales? ¿No pueden observarse ajustes más económicos y sacar enseñanzas de ellos?

De cualquier forma la explosión demográfica, unida a una sobreexplotación de los recursos de nuestro planeta, plantea hoy el problema de las disponibilidades alimentarias, especialmente de las de origen proteínico. En esta perspectiva merece ser emprendido el estudio sistemático de las sociedades que llegan a cubrir las necesidades de las diferentes categorías de individuos que las constituyen, manteniéndolos en equilibrio físico y mental con regímenes alimentarios escasos en calorías, proteínas y lípidos. Como destaca la Organización Mundial de la Salud (OMS), el estudio de grupos que viven en economía de subsistencia y en condiciones ecológicas difíciles ofrece «la posibilidad de descubrir géneros de vida originales, incluyendo los regímenes alimenticios y sus efectos sobre características fisiológicas importantes e incluso sobre enfermedades crónicas…» (OMS *Rapport technique*, 387).

Hoy nos hallamos confrontados a una situación paradójica en la que bajo el impacto de una cultura, la nuestra, en la que percibimos claramente ciertas grietas, vemos desaparecer, sin haber descubierto su secreto, sociedades justamente capaces de resolver el problema de la satisfacción de las necesidades alimentarias en un ecosistema armonioso. Pensamos aquí, por ejemplo, en las sociedades melanesias, cuyas técnicas de horticultura permiten lograr un considerable rendimiento calórico por hectárea (Rappaport, 1967).

En una época en la que se plantean problemas de rentabilidad en la investigación y en la que las jóvenes generaciones de antropólogos se preguntan sobre la finalidad de sus acciones, el terreno de la alimentación les otorga la oportunidad de trabajar en un campo en el que sus actividades pueden desembocar fácilmente en aplicaciones prácticas, ya se trate de buscar las causas de una malnutrición crónica, de introducir un programa educativo o de promover el consumo de un alimento particularmente interesante en el plano nutricional en un contexto determinado.

La ciencia de la nutrición se plantea, además, el problema de la homogeneidad nutricional de la especie humana, aunque se esfuerce en esquivarlo. El debate permanente al que dan lugar nociones como las de necesidad alimentaria (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación [FAO]: OMS 1973), equilibrio nutricional o régimen alimentario óptimo, muestra que estamos aún en el inventario y la descripción de los tipos de solución aportados por las sociedades humanas de cara a la satisfacción de sus necesidades alimentarias.

Las observaciones efectuadas desde 1947 en Nueva Guinea sugieren que sociedades enteras consiguen vivir con buena salud, en equilibrio demográfico y consiguiendo transformaciones físicas adaptadas a su género de vida, pero poseyendo regímenes alimentarios que siguen siendo inadecuados cuando se les compara con las normas nutricionales elaboradas en el marco de la sociedad industrial (Oomen, 1971). No nos corresponde tomar partido sobre el hecho de saber si las diferencias constatadas entre los aborígenes de Nueva Guinea y los australianos de raza caucasiana son o no de origen metabólico (Hipsley, 1964) y si, como escribe Oomen:

> las diferencias entre los regímenes alimenticios en Nueva Guinea y los que se consideran normales son tan importantes que [...] debemos suponer que los procesos de adaptación que están en la base de las necesidades alimenticias occidentales son sustancialmente diferentes de los que operan en la Nueva Guinea de los aborígenes.

Sin embargo, como sugieren los trabajos más recientes de Ferro-Luzzi (1975), la controversia sobre la adaptabilidad diferencial de ciertas poblaciones tradicionales permanece abierta. Ha sido preciso esperar la aparición del último informe de la FAO, la OMES y la Organización de las Naciones Unidas (ONU) sobre las necesidades en energía y proteínas (1985: 47-51) para ver incluir datos relativos a las poblaciones que viven en el medio tropical y considerar su adaptación metabólica y de comportamiento, por el problema evocado en el párrafo precedente sigue sin resolverse.

Alimentación, biología, ecología y sociedad

Sin duda, como escribe Lévi-Strauss, «los alimentos son buenos para pensar», y el terreno de la alimentación es un campo de elección en el que se revela la estructura profunda de la sociedad. Pero los alimentos actúan además sobre la fisiología del hombre, sobre su carne. El consumo de alimentos introduce en este plano diferencias entre las sociedades y, en el seno de las sociedades, entre los individuos.

El problema se ha planteado de forma ingenua desde hace tiempo. Fritz escribe (1935: 334): «Se cree bastante comúnmente que se pueden producir diferencias raciales por influencia de la alimentación; por ejemplo, que las razas que comen carne son turbulentas, belicosas (*sic.*) e inquietas, mientras que las razas vegetarianas son apacibles, dulces y de humor tranquilo». Se trata aquí de una de las preocupaciones subyacentes al vegetarianismo de los hinduistas. «Dime lo que comes y te diré lo que eres», escribía Billat Savarin en el siglo pasado (1885).

Los miembros de la Escuela de la Personalidad de Base se han esforzado en demostrar, bajo una perspectiva freudiana, y junto a la sexualidad, la importancia del campo alimentario y de las frustraciones que éste induce en la estructura de la personalidad característica de los diferentes tipos de sociedad (Kardiner *et al.*, 1945). Ellos sugieren que se trata de uno de los terrenos que han influido profundamente en la organización social. Cohen (1961) titula expresamente uno de sus artículos «Food and its vicissitudes: A cross-cultural study of sharing and non-sharing, efects on community systems on personality». Las mismas preocupaciones están subyacentes en los trabajos de M. Sahlins (1961) y de muchos de los miembros de la Escuela de la Ecología Humana.

Tentativa de acercamiento pluridisciplinario

La alimentación constituye ante todo uno de los pocos terrenos en que un fenómeno, relevante a la vez para las ciencias biológicas y humanas, es susceptible de la naturaleza y la cultura. El consumo alimentario actúa sobre el nivel de la nutrición; éste afecta al consumo energético y al nivel de actividades de los individuos que constituyen una sociedad, los cuales influyen tanto sobre la cultura material como sobre los sistemas simbólicos que la caracterizan, aun-

que sin olvidar que estos diferentes términos se encuentran en reciprocidad de perspectiva.

La investigación sobre las correlaciones existentes entre estos diferentes tipos de fenómenos pasa por el estudio minucioso, humilde y cuantificado del sistema alimentario y del consumo, en particular. A título de ejemplo, la tentativa de acercamiento pluridisciplinario perseguida en el marco del CNRS desde 1976, en relación con los masa y los musei del norte de Camerún, puede aparecer como una experiencia en la que se aplica un protocolo mínimo tomando en consideración, según la terminología anglosajona, los aspectos *emic* (émicos), no materiales, en los que se traduce lo que podría llamarse subjetividad cultural (véase cuadro *Plan de un programa pluridisciplinario para el estudio de la alimentación*, pág. 71).

El ejemplo de los masa y los musei

Una breve ojeada al el sistema alimentario de las dos poblaciones consideradas basta para convencerse de ello (Garine, 1963, 1964, 1972, 1978, 1979, 1984, 1986; Koppert, 1981). Las poblaciones masa y musei, cada una con un número aproximado de 200 000 individuos, ocupan alrededor de 250 kilómetros al sur de Yamena, la capital de Chad, las sabanas que bordean el curso medio del Logone y de la Kabbia. Reina allí un clima tropical caracterizado por una pluviometría de 600 a 900 mm por año y la inundación de los cursos del agua. Si se distinguen matices debidos a la ecología y, en particular, a la mayor o menor proximidad de los mantos de agua permanentes, puede decirse que estos dos grupos se benefician de las mismas condiciones ecológicas, están en estrecho contacto geográfico, poseen un mismo nivel tecnológico y tienen numerosas características culturales comunes. Están preferentemente al corriente los unos del estilo de vida de los otros y del de las poblaciones que les rodean, los *tupuri* y los *fulbé*; habiendo éstos últimos dominado la región históricamente, beneficiándose aún de una preeminencia económica y política.

Relativa arbitrariedad de las actividades de producción.

Los masa y los musei practican la agricultura, la cría de ganado, la pesca y la caza, pero no conceden la misma importancia a cada una de estas actividades.

Los masa tienen como cultivo básico el sorgo rojo de la estación de lluvias *(Sorghum caudatum)*, cultivan también algunas legumbres y se benefician de la presencia de diversas clases de palmeras *(Borassus flabellifer* e *Hyphaene thebaica)*. Pescan todo el año en las aguas del Logone; el pescado es consumido cotidianamente y les aporta lo esencial de su renta monetaria. Sin embargo, les gusta ante todo el ganado: crían cabras, ovejas y sobre todo bóvidos. Estos se sitúan en el centro de sus preocupaciones. Son utilizados para cubrir el precio de la novia (diez cabezas para procurarse una esposa), para el préstamo prestigioso del ganado, y para las curas de engorda a base de leche *(guru)* a las cuales se entregan los hombres.

Los musei son prioritariamente agricultores. Cultivan numerosas variedades de sorgo, mijo *(Pennisetum sp.)*, eleusina *(Eleusine coracana)*, leguminosas: judías *(Vigna sinensis)*, guisantes de la tierra *(Voandzein subterránea)*, y cacahuate. Utilizan numerosas plantas de huerto: quingombó *(Hibiscus esculentus)*, aleluya o acedera de Guinea *(Hibiscus sabdariffa)*, pepinos, calabazas, sésamo, etc. La pesca es sobre todo estacional. Poseen ganado menor, principalmente cabras. El caballo (el poni Laka) desempeña un papel esencial en el sistema de la dote, los préstamos de ganado y la caza. Residiendo en una zona de matorral menos poblada que los masa, los musei sacan algunos provechos de la caza y la recolección.

Estas opciones técnicas están influidas evidentemente por la microecología, y si los musei apenas practican la pesca es porque los masa, instalados antes en la región, ocupan el borde de los cursos de agua permanentes. Pero nada impediría a los masa criar caballos y a los musei bovinos.

Adopción del sorgo trasplantado de estación seca

Examinemos, a título de ejemplo, el tema de la agricultura. Cada grupo posee su gama específica de productos agrícolas y hasta un periodo reciente se atenía a ella. Si nos situamos en las perspectivas utilitarias de la ecología humana, podría esperarse que emergiese lo más beneficioso y que se adoptase por todos la variedad más productiva, en particular en el dominio de los cereales. No es el caso. Como en la mayoría de las sociedades, existe en estos dos grupos un alimento de base, lo que Jelliffe (1967) llama «un superalimento cultural», donde se polariza la atención de la sociedad, que extrae de él la mayor parte de

su ración calórica y cuyo ciclo vegetativo marca lo esencial de las actividades rituales. Este alimento es considerado bueno, tanto en el plano moral y religioso, como en el de la nutrición. Es el caso del sorgo rojo de la estación de lluvias (*Sorghum caudatum* variedad *caffrorum*). En estas sociedades el concepto de *vivir* no se expresa por *ti funa* (comer la papilla espesa del sorgo rojo). Aunque esta variedad es relativamente eficaz, debe su categoría más bien a sus antecedentes históricos y a la precocidad de su maduración que a su rendimiento y su valor nutritivo.

Los masa producen alrededor de 80 kilos de cereales per cápita, los musei alrededor de 180. Estas dos poblaciones no llegan siempre a cubrir la totalidad de sus necesidades a partir de sus variedades tradicionales y sufren los efectos de un periodo de sequía estacional a veces dramático. Sin embargo, el cereal que podría sacarles de apuros está a su alcance, entre los tupuri y los fulbé. Estos cultivan, sobre suelos hidromorfos, un sorgo replantado de estación seca (*Sorghum durrah*), de muy alto rendimiento, que llega a la maduración poco antes del período de carencia y que podría fácilmente elevar su recolección a más de 300 kilos por año *per cápita*. Los suelos están disponibles, masa y musei conocen las técnicas agrícolas, proporcionan incluso sus servicios como jornaleros a sus vecinos para efectuar este cultivo en el curso de emigraciones anuales.

¿Por qué, entonces, no han aceptado antes su cultivo? Los masa del cantón de Guisey, contiguo a la región ocupada por los tupuri, proporcionan una explicación. No se cultiva el sorgo trasplantado de *dogolonga* (estación seca) porque este tipo de cultivo importuna la *nagata* (tierra nutricia local), y porque un agricultor suficientemente osado para intentar la experiencia sería castigado a muerte por la divinidad antes de que la cosecha madurara. No carece de sentido que sean precisamente los masa de Guisey, directamente en contacto con los tupuri y que, por tanto, son los más sometidos a la influencia de esta población muy dinámica —para la que el sorgo replantado es precisamente su mayor triunfo—, quienes formulan su rechazo en términos tan claros. Rehusar la adopción de un rasgo cultural positivo en el plano biológico que permitiría hacer desaparecer el hambre estacional, pero característico de una población que se estima poco, les ha permitido, hasta una época reciente, afirmarse en el plano de la cultura en tanto que masa, de cara a la presión tupuri y a los enemigos hereditarios fulbé. Estamos aquí ante una elección cultural que no

ha contribuido a mejorar la *inclusive fitness* de los individuos y de los grupos (Durham, 1976).

En este aspecto es inevitable considerar la dimensión histórica, no solamente admitiendo la influencia de las sociedades industrializadas sino también la de los modelos envidiables de comportamiento salidos de la historia local, un modelo aglutinante islámico en el que dominan los elementos fulbé. Estos últimos, que han sometido militarmente la región en el curso del último siglo y cuya influencia económica, social y religiosa es predominante, han acabado por imponer su estilo a los masa y musei, mucho tiempo *kirdi* (paganos, refractarios y orgullosos de su cultura). Finalmente, los masa y los musei tienden a abandonar el sorgo rojo y se han hecho permeables al sorgo blanco replantado, no solamente en razón de las cualidades objetivas de esta especie, sino porque ellos han perdido la fe en su cultura y en sus creencias. De ahí que hoy libren una competición desenfrenada para apropiarse de los suelos arcillosos hidromorfos que les convienen.

El estudio cuantitativo del consumo alimentario muestra aún la preeminencia del sorgo rojo tradicional. El análisis de las actitudes y de las opiniones, de las preferencias y las repugnancias, permite ir más lejos y demuestra que una población puede, a falta de algo mejor, seguir consumiendo un producto alimenticio que no aprecia. Es el caso de los masa y su alimento de base cuyo consumo tiende a convertirse en objeto de burla entre las poblaciones vecinas y los letrados en la medida en que colorea de rojo los excrementos. «Los masa comen sus excrementos», se dice en las reuniones. Ellos consumirían de buen grado variedades de cereales que produjeran harinas blancas, arroz y pan si tuvieran los medios para ello, y adoptarían el estilo de vida envidiable de los islamizados y de los habitantes de la ciudad.

El ejemplo de la resistencia de los masa y los musei a la difusión del sorgo replantado de estación seca da una idea de la complejidad de los factores que plantean las ciencias del hombre y que pueden a veces contrarrestar el acceso al bienestar fisiológico: en el contexto masa, el aumento del valor calórico del régimen alimentario y la desaparición del periodo de carencia alimentaria.

Alimentación mediterránea y realidad[1]

Introducción

De acuerdo con el título de la reunión donde presenté el texto que sigue, es decir, «Alimentación, ideología y realidad: el caso del Mediterráneo», yo entendería el término *ideología* en el sentido propuesto por el *Micro Robert* (1993: 616): «conjunto de ideas, creencias y doctrinas propias de una época, una sociedad o una clase». Por tanto, dos puntos de vista pueden ser planteados en esta discusión: el de los que viven el Mediterráneo —desde dentro— y el de quienes lo observan desde el exterior y tienen cierta noción al respecto. Dicho esto, en las líneas que siguen trataré el tema de la alimentación mediterránea —principalmente la de la costa norte—, tal como se la representan hoy en día los miembros de la sociedad de consumo occidental noreuropea, «más allá de los olivos», como escribió Braudel (1957: 4). También lo abordaré en tanto que realidad alimentaria objetiva que puede ser inferida a partir de la observación del manejo y consumo de lácteos y de otros elementos de calidad variable.

El Mediterráneo es, por supuesto, el *mare nostrum* de las civilizaciones occidentales modernas; inclusive si ellas mismas se hacen hoy una representación idealizada del mismo. Tal se inscribe en una percepción imaginaria de la Antigüedad griega y latina, cuna de dioses, ámbito precursor de la Edad de Oro o reliquia del Paraíso perdido. Los excesos alimenticios de la Roma decadente quedan excluidos, por supuesto.

---

1 Publicado en Isabel González Turmo y Pedro Romero de Solís (eds.), 1996, *Antropología de la alimentación: nuevos ensayos sobre la dieta mediterránea.* Sevilla: Fundación Machado/Universidad de Sevilla/Rústica, pp. 83-102.

El Renacimiento: El Refinamiento sencillo

Es durante el surgimiento del Renacimiento cuando se manifiesta, de la manera más tangible, la influencia del modelo alimentario italiano sobre la cocina medieval francesa. La preocupación por la higiene, y la claridad y la sencillez están ya presentes, mientras que los productos frescos y crudos escapan a las increíbles mezclas de alimentos y de especias que caracterizan a las comidas de la época, las cuales a menudo esconden olores de carnes no tan frescas. Se trata, sin duda de formas propias pero sorprendentes de los reinados bárbaros del norte de Europa, confrontados al talento, la mesura y la racionalidad del Renacimiento. Paralelamente a la preocupación dietética y gastronómica, se manifiesta la búsqueda de una armonía inspirada por el pensamiento filosófico. Hay que mencionar aquí el impacto de María de Médici (1575-1642) y de su corte en la transmisión a los franceses del modelo alimentario italiano. En este sentido, las más notables características, frecuentemente mencionadas, son: una cierta sencillez en los menús y en los platos de carne, y el aumento del consumo de legumbres y frutas, éstas últimas a menudo ingeridas al inicio de la comida. Sin duda la cocina del *Ménagier de Paris*, escrito en el siglo XIV (1393), manifiesta —estableciendo una relación con los festines recargados de la nobleza francesa— una cierta preocupación por la economía. Pero en la lectura de *L'Art d'être Heureux* (*De Honesta Voluptate et Valitudine*, 1475), de Baptiste Platine de Cremona, ya se manifiestan explícitamente intereses dietéticos (Blond y Blond, 1976: 160). Se trata de la obra de un hombre culto que conoce a Epicuro, asume su cuerpo y se inspira en naturalistas y antiguos agrónomos; ha leído a Vairon, a Columela, a Plinio el Viejo y a Apicio (Revel, 1985: 153), y se esfuerza por definir un arte de vivir. Por supuesto, no se trata de un libro de cocina, pero en él las costumbres italianas se observan a detalle.

En *Le Régime du Corps*, de Aldebrandín de Siena, que se remonta al siglo XIII (Flandrin, 1992: 131), los alimentos vegetales son clasificados según su grado de calor y sequedad. La dietética de la época responde a la medicina galénica y busca poner a punto a los regímenes que corresponden a las características humorales de cada uno, según su sexo, edad y temperamento particular.

La dietética contemporánea

Se sigue un camino paralelo hoy, cuando se prescribe una dieta baja en lípidos, en grasas saturadas, principalmente de origen animal, pero rica en aceites mono y poliinsaturados, principalmente de origen vegetal, donde es incluido el aceite de olivo, así como hidratos de carbono para reducir la tasa de colesterol y evitar las enfermedades coronarias (Apfelbaum, 1994: 180). En la medida en que se puede proponer un modelo general (Ferro-Luzzi y Sette, 1989; *Estudio del* EURATOM, Cresta *et al.*, 1969; y *Estudio en siete países*, Keys, 1970, 1980), el régimen mediterráneo aporta una solución: es abundante en cereales, leguminosas, frutas y legumbres, elementos ricos en fibra dietética, y por su escasez relativa en grasas saturadas, parece tener un efecto favorable respecto de las enfermedades degenerativas ligadas al modo de vida urbano industrial occidental. Una muestra de 10 000 personas del entorno mediterráneo, practicado en Dalmacia, Yugoslavia, Italia y Grecia, sumó 58 decesos contra 1304 en Europa del norte (Finlandia y Países Bajos) (Menotti, 1991: 244). Si se examinan las diferencias más llamativas entre los alimentos consumidos por persona y por día, el consumo de grasas saturadas es dos veces mayor en el norte de Europa que en el sur; así como la carne, los huevos y el queso (179 g en el norte contra 139 en el sur); los cereales y los tubérculos (665 g en el norte contra 567 en el sur); y finalmente la repostería y los productos azucarados (119 g en el norte contra 28 en el sur). Por otra parte, en el sur se consume menos leche (114 g en el sur contra 927 en el norte), pero más pescado (48 g en el sur contra 26 en el norte), legumbres y leguminosas (226 g en el sur contra 150 en el norte), así como frutas: cuatro veces más (222 g en el sur contra 51 en el norte). El consumo de bebidas alcohólicas es de 489 g en el sur contra 24 g el norte (Menotti, 1991: 241). Algunas enfermedades parecen menos frecuentes en el sur: se trata de las afecciones cardiovasculares (Menotti, 1991: 247), la diabetes (Riccardi y Rivellesse, 1991: 278) y algunos tipos de cáncer (Decarli y La Vecchia, 1991: 300).

En esta perspectiva y sin dudarlo, Keys y Keys, dieron por título a uno de sus libros, *Comer bien y mantenerse saludable: la solución mediterránea* (1975). Pero los benéficos efectos dietéticos en él mencionados siguen siendo objeto de un debate que supera mi competencia. Con todo, se puede decir que la mayoría de los dichos beneficios está sustentada en correlaciones, en lugar de

relaciones causales, lo que hace que se mantengan en la esfera de las hipótesis plausibles (Spiller, 1991: 182; Apfelbaum, 1994: 181; Skrabanek, 1994: 176). Por lo demás, sería pertinente no limitarse a sólo mencionar los aspectos nutricionales de los alimentos, sino a tratar, también, los diversos aspectos relacionados con los tipos de vida de que se trate (Bosello *et al.*, 1991: 243).

Nostalgias

Es evidente que, como en la «Nueva Eloísa» o en el «Emilio» de Rousseau, existe una preocupación filosófica a la que se trata de responder mediante una armonía. Pero lo que es nuevo es la búsqueda de una mayor longevidad mediante una vida más equilibrada, y que las enfermedades cardíacas no sean el efecto de las costumbres decadentes del Occidente urbano (Rose, *Daily Telegraph*, 31-05-1991, citado por Skrabanek, 1994: 177). Nos encontramos repentinamente en el mito naturalista de una Edad de Oro recuperada: si salimos de la ciudad, el buen salvaje no se hallará lejos, y no será necesario mencionar a los *hunza* del Himalaya (Levenstein, 1994: 156). De hecho, el «buen salvaje» se encuentra a nuestras puertas, detrás de los Pirineos o de los Alpes. ¿Acaso no existe en la actual terminología usada en la Comunidad Europea el concepto de «países del sur de Europa»?

Método

Antes de debatir la existencia y características de un modelo de dieta mediterránea, se plantea una cuestión de método: ¿cuál es la validez de los datos objetivos relativos al consumo alimentario? Los estudios ponderados, que son los más precisos, requieren una sólida integración entre los investigadores y la población sometida a estudio. Pero son lentas y sólo pueden abarcar muestras reducidas. Se aplican eficazmente a las poblaciones que no pueden modificar su régimen por razones de prestigio, y son limitadas debido a razones ligadas a la ecología y a los ingresos monetarios. Es, por ejemplo, el caso de los pueblos cameruneses que estoy estudiando desde hace más de diez años. No obstante, si se comparan los resultados de encuestas sobre peso, con las relativas a comportamientos y motivaciones, se observan diferencias significativas (Garine, 1991). Los *yassa* y los *mvae* sobreestiman su consumo de bastoncillos de yuca, de bo-

litas de harina de yuca, de la fruta del árbol del pan (*Artocarpus*) y del pollo. También tienen una visión precisa respecto de su consumo de pescado, vino tinto y vino de palma; sin embrago, no es fácil decir por qué. En la mayoría de las investigaciones realizadas en el entorno europeo, se utilizan cuestionarios —por periodos de una semana— en los que las cantidades son evaluadas por un nutriólogo profesional. Es posible sustentar estas encuestas por medio de un estudio llamado «cuaderno de compras», donde se contabilizan períodos semanales y donde se incluye el consumo propio (*Encuesta Nacional Española*, «Presupuestos Familiares», 1980-1981).

Frecuencia de consumo observada entre los yassa y los mvae de Camerún, a partir de la encuesta sobre peso corporal, y autoevaluada a partir de la encuesta realizada mediante cuestionario

	Frecuencia observada		*Frecuencia autoevaluada*	
	Yassa	*Mvae*	*Yassa*	*Mvae*
Bastoncillos de mandioca	54	47	94	91
Bolitas de harina de yuca	21	6	81	21
Plátano	3	9	22	45
Fruta de pan	3	2	53	11
Pollo	1	1	8	83
Pescado en general	74	24	99	67
Vino tinto	32	18	20	22
Vino de palma	14	27	39	39

En el medio francés, Péquignot y Cubeau (1973) observan una subestimación sistemática del consumo de materias grasas. Ésta alcanza el 20 por ciento en la encuesta practicada en las regiones del Béarn y del País Vasco (Serville *et al.*, 1973). Es atribuible a los medios de comunicación el descrédito de una dieta basada en grasas. Por tanto, es evidente la necesidad de tener en cuenta, sin demasiadas ilusiones sobre su exactitud, los datos a partir de los cuales se efectúan las amalgamas que definen los estilos alimentarios.

Modelos mediterráneos

No es menos cierto que en el plano cualitativo se pueden discernir los modelos alimentarios a partir de la frecuencia de la ingesta de alimentos. Es más complicado deducir conclusiones sobre el alcance nutricional, las cuales exigen una medida precisa de las cantidades ingeridas, hecho que arroja un velo de sospecha sobre los efectos nutricionalmente benéficos atribuidos al régimen mediterráneo, como se ha mencionada más arriba. A escala nacional, en Francia, Trémolières (1952) y su equipo no tuvieron dificultad alguna para contrastar las principales regiones del país. Así, por ejemplo, el departamento de Gard, única región mediterránea de la muestra, contrasta claramente con el resto de Francia en lo que se refiere al consumo de mantequilla. Dieciocho por ciento de las familias estudiadas no utilizan en absoluto la mantequilla; 70 por ciento de ellas están por debajo de 10 g por día, mientras que en Normandía el 75 por ciento de las familias utilizan mantequilla y un 48 por ciento usa más de 75 g por día. El departamento de Gard, como otras regiones mediterráneas, se caracteriza, cada vez más, por el bajo valor calórico de su dieta, por su bajo consumo de proteína animal y de leche, aunque muestra, por el contrario, un alto consumo de legumbres y aun mayor de frutas.

Diferencias locales

Diferencias notables pueden darse en regiones contiguas o situadas en una misma zona ecológica. En Extremadura los cereales y sus derivados, especialmente el pan, se consumen por arriba de la media nacional. Ocurre lo mismo con las hortalizas, frutas, legumbres, leche y derivados, queso y margarina. En cambio, no se registra una cantidad superior en cuanto al consumo de aceite vegetal.

Si la carne de res es inferior al 60 por ciento respecto de la media nacional, la carne de ovino (30 por ciento más) y también la carne de cerdo son superiores al promedio del país. Si la ecología puede explicar un consumo más elevado de carne de ovino en la provincia de Cáceres, es más difícil comprender por qué en la de Badajoz se utiliza casi dos veces más de ajo, sardina y manteca de cerdo (*Encuesta Nacional Española*, 1980-1981). Estas diferencias responden a una problemática regional que es imposible determinar mediante las técnicas de investigación comúnmente utilizadas hoy en día.

Un modelo alimentario mediterráneo material

Apoyándose en datos cualitativos, sin duda es posible, en un grado de abstracción suficientemente elevado, definir un modelo alimentario mediterráneo (Garine, 1990). Esto último por motivos inherentes a la historia cultural y a las confrontaciones entre civilizaciones, cuyo escenario ha sido la región que concierne principalmente a la costa norte, así como a la extensión oriental de la zona mediterránea, ámbito de las religiones judeocristianas. Las regiones del litoral sur, que son en su mayoría musulmanas, están excluidas, lo que manifiesta algo que podría calificarse de racismo inconsciente, y sesga una visión de conjunto. Sin duda se observan las prohibiciones del Corán sobre el cerdo y los animales abominables (Douglas, 1971: 62), entre los que se incluyen los mariscos, los calamares y el pulpo, tan apreciados en la costa norte. Sin embargo, las similitudes son profundas. Por ejemplo, en lo que concierne a los cereales, las ovejas y las cabras, que fueron domesticados por primera vez en Mesopotamia. Vale decir aquí que no es fácil distinguir al mundo mediterráneo del llamado Oriente Medio. La cultura árabe ha dado nombre a muchos productos, como la alcachofa (*al kharsof*), la zanahoria (*zanahoria*) e incluso al alcohol (*al kohol*). Esta cultura ha desempeñado un papel esencial en la difusión de las especias, y en este sentido no hay que olvidar cómo propagó el azúcar.

No es mi intención repetir aquí una lista de los productos que se consideran característicos del mundo mediterráneo (Garine, 1993: 16-18), entre los que a menudo se menciona al trigo, la carne de cordero, los quesos y el bacalao seco, así como numerosas frutas y legumbres, entre las que destacan uvas, higos, almendras, alubias, berenjenas, pepinos e hinojo, sin olvidar al trío americano: los tomates, el chile y calabaza.

Pasemos a las materias grasas, y en primer lugar al olivo, distribuido a lo largo de una ancha franja del Mediterráneo, y cuya área de cultivo define al ecosistema. Se encuentra hoy en día en la cúspide del plan dietético y simboliza, de manera romántica, un arte frugal de vivir amado por los dioses de la Antigüedad. Estos aspectos no deben pasar por alto las muchas fuentes de grasa utilizadas en la región: aceites vegetales de ajonjolí, de nueces o de mostaza, y actualmente el aceite de girasol y la margarina, o las grasas animales: manteca de cerdo y mantequilla, por supuesto. No es posible ignorar el hecho de que el aceite de oliva se utiliza para dar sabor a los alimentos crudos y no como un

medio de cocción. Una mirada a los estudios nacionales de consumo obliga a un poco de realismo: de la media nacional de consumo de aceites vegetales en España, el aceite de olivo representa sólo 0.77 g por persona y por día, en cambio las otras materias grasas alcanzan 2.98 g, es decir, cuatro veces más. En este sentido es elocuente la comparación entre Cádiz y Almería, en Andalucía.

Consumo de materias grasas en Almería y en Cádiz

	Almería	*Cádiz*
Aceites vegetales	0.95	0.84
Grasa de cerdo	0.25	0.94
Mantequilla	1.59	1.12
Margarina	2.37	4.98

Fuente, Encuesta Nacional Española, 1980-1981.

Lo que se puede decir es que se consumen más lípidos de origen vegetal que de origen animal, y que el aceite de oliva no representa más que una parte modesta en comparación con la margarina. Esta realidad contrasta con el estereotipo propagado por especialistas en nutrición y gastronomía.

La faceta de los sentidos

Es sin duda en las manifestaciones más complejas —y que están mucho más allá de los aspectos puramente nutricionales y quizá hasta pertenecientes a la poesía— que es posible identificar algunas características generales de un modelo de dieta mediterránea, con su abundancia de frutas y legumbres, así como su suntuosidad, en la que todos los observadores están de acuerdo. Fernandez escribe (1965: 174) «Asfixiante, deslumbrante mercado de Palermo, frutas y legumbres de todo tipo y todos los colores se apilan en un popurrí fantástico, tomates pequeños y firmes, del más hermoso rojo, berenjenas de color violáceo, etcétera». El color es uno de los elementos característicos de la dieta mediterránea: la emoción estética experimentada en la contemplación de los productos frescos es uno de los factores de placer adicional. Algunas de las especias, como el azafrán, tienen la función secundaria de dar color a los alimentos. Gautier (1981: 50), en su *Voyage en Espagne* manifiesta su sorpresa cuando se enfrenta

a una sopa que «tiene un tono rojizo que es del azafrán espolvoreado. Ese es el impacto del color local favorito, ¡sopa roja!».

Penumbra y alimentos

La abundancia de frutas y legumbres imprime a la cocina mediterránea su predilección por los productos que se consumen crudos o recién cosechados, lo que evidentemente tiene efecto en la dieta y actúa sobre las preferencias sensoriales. Aquí el olfato y el gusto, lo mismo que la textura, son elementos esenciales. Sin alcanzar un refinamiento comparable al de la cocina japonesa, en el régimen mediterráneo los alimentos son suaves, firmes y crujientes —*al dente*, como dicen los italianos— especialmente en el caso de las pastas o el arroz, alimentos cocidos. El aroma intrínseco de los productos es esencial. Éste se sostiene por los condimentos agregados en frío, que junto con las variedades de aceites, especias y hierbas —raramente picantes—, le aportan intensidad a los aromas.

El olfato es sin duda el principal sentido a través del cual se percibe la identidad mediterránea. En primer lugar los olores —no necesariamente balsámicos— constituyen el telón de fondo de la vida cotidiana, incluidos sus aspectos alimentarios. ¿Acaso el laurel y el mirto no encantaron a los dioses de la Antigüedad clásica? ¿No se percibe hoy el olor de los aceites al ser freídos? Frescas o secas, las hierbas aromáticas que se utilizan, características del estilo mediterráneo, son más que los condimentos y especias: evoquemos al hinojo, al eneldo, al comino, a la albahaca, al romero, a las alcaparras, al anís, al tomillo, al azafrán, a la mejorana, a la arúgula, a la satureja o al culantro, a los que hay que añadir las plantas no domésticas, como las mentas, la acedera silvestre, el tomillo del monte o la malva. Además, numerosos son los tenteempiés, entre los cuales los más populares están hechos de plantas; inclusive, se puede recurrir a la despensa de embutidos, sobre todo ahí donde las civilizaciones son más bien oceánicas.

Sabor y textura

Los productos a base de cereales, principalmente de trigo, son característicos de la zona: el pan, por supuesto —con levadura o sin ella— constituye el alimento

básico en lugares como Egipto: pan y hortalizas y pan y aceitunas constituyen combinaciones aceptables. En algunos casos, inclusive, el alimento básico, la pasta, el arroz, el bulgur o el cuscús —cuya textura debe responder a criterios precisos— son acompañados de simples salsas que les confieren múltiples sabores. Nos encontramos ante un tipo de platillo representativo de muchos países en vías de desarrollo. En el continente africano, por ejemplo, una papilla espesa de cereales aporta la mayor parte de las calorías; y una salsa, a menudo cocinada por separado, brinda el sazonamiento y los suplementos de proteína animal y vegetal, así como las grasas. Es también con la ayuda de pastas fabricadas a partir de trigo que se prepara el contenido de la guarnición de innumerables crepas, empanadas, panecillos y buñuelos. El predominio es de los productos vegetales como alimentos básicos, ante los cuales los productos animales sirven de acompañamiento apetitoso, de *relish*, como dicen los anglosajones. Ellos —los alimentos— tipifican una frugalidad que algunos atribuyen al estilo mediterráneo y cuyo estereotipo es el del jornalero que va a los campos después de haber comido pan con ajo y aceitunas. Tal vez otro aspecto de esta economía es discernible en platillos apetitosos pero pequeños que se sirven a manera de aperitivos, como el *meze,*[2] en el Mediterráneo oriental, o las tapas de los bares de España. Y no hay que olvidar las leguminosas, en especial los garbanzos, las lentejas, las habas y los altramuces, originarios de la región.

Los productos de origen animal son poco abundantes. Se puede citar al principal de los productos lácteos, el queso, del cual existe un sinnúmero de variedades. ¿Acaso Extremadura no cuenta con más de quince? (Plaza Carabantes, 1986). Un caso similar es el del yogurt en el Mediterráneo oriental, donde se aprecia su carácter de alimento fresco.

El pescado está presente en todas las zonas costeras y es distribuido tierra adentro. En la costa norte, los mariscos y cefalópodos constituyen un alimento no despreciable de la dieta. Por último, el bacalao salado, que se consume en todas partes, es también indicio de una cierta deficiencia alimentaria. La carne, por su parte, está investida de un carácter festivo. En lugar de carne de res, se consume la de cabra, oveja y cerdo. A menudo se presenta en forma de picadillo, lo que de alguna manera permite aumentar su volumen.

2 Palabra de origen turco que significa «aperitivo» en general (N. del E.).

Frugalidad y pobreza

Lo que a los moralistas occidentales de la nutrición puede parecer cierta moderación con respecto a los alimentos de origen animal, es también indicio de pobreza y desnutrición endémicas que existían todavía hace poco tiempo en ciertas parte de Italia, como lo han mostrado Teti (1976) y Ferro-Luzzi (1978: 253). Esta última no dudó en hacer una comparación entre una muestra de niños en Nueva Guinea, de Roma y de la provincia de Cozenza en el sur de Italia. Son los niños de esta última región los que parecen ser los más desnutridos. Hay aquí una cuestión que rebasa la frugalidad voluntaria: las condiciones de vida impuestas por la clase dominante a los campesinos sin tierra y a los jornaleros, le dan al tema de la alimentación un carácter casi obsesivo, que tiene su fundamento en la distinción de clases sociales a la que está sometida la provincia de Calabria «Chi mi dà pane è mio padrone»[3] (Teti, 1976: 154). Dicho de otro modo, el carácter dietético de la alimentación mediterránea se encuentra estrechamente vinculado con la dinámica socioeconómica, tanto como con el entorno ambiental local.

Vínculos con el medio

En este plano hay que destacar la persistencia de los alimentos silvestres y de recolección: las trufas, sin duda, pero también los espárragos silvestres son recursos del que echan mano los desempleados en Andalucía. La caza, que motiva la indignación de los ecologistas contemporáneos, sigue siendo importante, tanto la del conjunto sedentario (perdices, liebres y jabalíes), como la de las aves de paso (codornices, patos, gorriones y pequeños tordos). Estos actos depredatorios marcan la inserción del sistema alimentario en el ritmo de las estaciones. La llegada de las aves migratorias, el tiempo del jabalí y el del cerdo, que precede la del cordero, están previstas en los menús de los restaurantes italianos. Las variaciones estacionales son una de las principales características del sistema alimentario mediterráneo: las habas anuncian el final del invierno; las castañas, a su vez, la llegada del otoño.

3 «Quién me da el pan es mi patrón» (N. del T.).

En numerosas zonas rurales persiste de diversas maneras una economía de autoconsumo que, sin alcanzar la sutileza y la amplitud del *mûnë*[4] libanés (Kanfani-Zahar, 1994), es garantía, si no de una cierta seguridad, al menos sí de una cierta originalidad del régimen alimentario.

Los alimentos son también el producto bien apropiado del terruño. Escuchemos a Capel (1981: 171) a propósito de Andalucía: «Tres enclaves geográficos producen cordero de excepcional calidad: la Sierra de Segura en la confluencia de Jaén y Granada, al norte de esta última provincia, el valle de los Pedroches y las marismas de Hinojos en Huelva».[5] Algo similar ocurre con innumerables quesos y vinos. La inserción en el medio según una perspectiva geográfica y diacrónica es la clave de una economía de subsistencia profundamente ligada a los ritmos ecológicos, no sólo respecto a la producción, sino también al consumo.

La temperatura: sol y sombra[6]

La sequía y el calor son rasgos que pesan sobre la ingesta alimentaria: es imperativo consumir alimentos frescos. Existe todo un registro relativo a la frescura de los platillos. Ejemplos ilustrativos son el gazpacho, el caviar de berenjena[7], las ensaladas aderezadas con pepino o menta y el uso de yogurt. Este mismo aspecto se aplica a menudo a las bebidas con sabor anisado, como el anís, el ouzo y el arak.

La temperatura afecta el ritmo del consumo de alimentos. Durante la temporada de calor suele acostumbrarse una merienda frugal tomada al amanecer, seguida de una comida ligera consumida a la sombra, mientras reina la canícula. Aquí el sol del mediodía —el carro de Apolo— es una entidad tan peligrosa que mueve a buscar refugio. Preparar los alimentos y comer a la sombra, a menudo antes de la siesta, son características del sistema alimentario mediterráneo. «Desayuné gratamente en la penumbra de la sala, todas las persianas cerradas, la luz no entraba más que por la estrecha rendija de la puerta,

4 Significa provisiones, en general (N. del E.).
5 En español en el original (N. del T.).
6 En español en el original (N. del T.).
7 Platillo a base de puré de berenjena (N. del T.).

donde pendía una cortina de cordones» (Bosco, 1952: 237). La presencia de este sol mortífero explica también la tardía hora de la cena. A propósito de Provenza, Bosco (1952: 8) escribe: «En agosto, en nuestro país, un poco antes de la noche, un potente calor inflama los campos. No hay nada mejor que hacer que quedarse en casa profundamente bajo la sombra, en espera de la hora de cenar».

La combinación de los alimentos —a menudo de colores brillantes— y de la penumbra en la seguridad del hogar familiar o en las oscuras calles donde se organizan los mercados, suele impactar a los viajeros. A propósito de ello, Fernandez (1965: 175) evoca: «la pesada sombra manchada del brillo del sol.» D. H. Lawrence, citado por Davis (1980: 133) escribe: «Una montaña de coliflor negro púrpura como cabezas de negros junto a una montaña de coliflor de una blancura de nieve. Cuánto parece iluminarse la oscura y grasienta calle gracias a estos productos vegetales, gracias a la carne delicada y luminosa de todos estos vegetales apilados al aire libre».

Los tentempiés públicos

Al carácter íntimo de la ingesta de alimentos en el hogar responden los innumerables aperitivos o tentempiés que son degustados en el ámbito público. El Mediterráneo es también la cuna de la ciudad, lo circundan ciudades vibrantes. Aquí es donde se inventaron los *snacks*, mucho antes que los «descubrieran» las cadenas restauranteras de los Estados Unidos.

En todos los países mediterráneos existe una cocina de bocadillos que es alegre, sabrosa y fácil de transportar, como las pizzas. Puede tratarse de platillos que son llevados al hogar, aunque con mayor frecuencia son ingeridos *in situ*, en el convivio del bocadillo o en un bar, como es el caso de las tapas españolas. Son numerosos los buñuelos, las crepas rellenas, los pastelillos que se disfrutan en esos ambientes. Abundan los comercios callejeros y los vendedores ambulantes que ofrecen dulces y pastelillos, y, en las zonas más cálidas, las bebidas frescas y dulces.

Lo dulce

Durante su viaje por España, Théophile Gautier (1981: 142) quedó impactado por el encanto de sus confiterías y pastelerías. Y cómo olvidar la

exuberancia de las frutas, nueces y almendras del Mediterráneo que proporcionan la materia prima preferida en una zona donde la miel desempeña un papel importante, y en donde el azúcar hizo su aparición por primera vez. Mermeladas, jaleas de frutas, mazapanes, frutas confitadas, jarabes y pasteles de todo tipo son consumidos con fruición, aunque éstos y los pasteles hojaldrados bañados en miel, como el *baklava* o *kadaif* del Mediterráneo oriental, no son particularmente dietéticos. Y ¿qué decir del chocolate, del té o del café que a veces se satura de azúcar? Este registro de lo dulce, así como el del alcohol, queda diluido por completo de la imagen frugal y dietética que de la cocina mediterránea se ha pretendido.

El modelo mediterráneo. Aspectos ideológicos

Si existen algunas características comunes y a menudo sutiles en el espacio del Mediterráneo, ellas ayudan a construir la imagen idealizada y bucólica de ese sistema alimentario que se ha perpetuado y que remite a la «cuna de las civilizaciones occidentales». En última instancia y de modo «inconsciente», se hace referencia a una «Antigüedad» reminiscente propia del pensamiento naturalista del siglo XVIII. Un mundo rural donde todavía se distinguen, por supuesto, las fuerzas renuentes al ámbito «civilizado» urbano; una naturaleza poderosa donde puede operar algo de «imprevisto dionisiaco», y que aún provee frutos de caza y recolección, así como algunos champiñones imprevistos. Entre estos dos ámbitos se sitúa el reino de los pastores que opera como zona de transición, ambigua, no totalmente conformista y un poco incierta, como lo ilustra, por ejemplo, el mediocre estatus social del pastor en España: el sueño ecologista es «evidente».

Visiones internas e identidad

La visión de los miembros de las comunidades mediterráneas, usuarios de su propio sistema alimentario, es claramente distinta a la de la mayoría de las élites del norte europeo, cuya cultura apenas ha sufrido la marca de la Antigüedad clásica. Ello lo es aún más en la percepción dietética de los países del norte de Europa y de los Estados Unidos. Me resulta difícil expresar una

opinión desde el exterior: «No se puede escarmentar en cabeza ajena».[8] Lo que en la actualidad resulta evidente es el valor simbólico de la alimentación y su contribución a la afirmación de una identidad cultural, en no pocas ocasiones expresado con fines políticos. Ya sea que se piense en el movimiento occitano en Francia, o en el vehemente Congreso de Messina, *Vivere il Mediteranneo* (1993): de lo que se trata es de oponerse al estilo de vida dominante e implacable de los países del norte de Europa y de América del Norte.

Los países del sur

Desde una perspectiva más sutil se discierne esta pertenencia cultural. Se manifiesta en el marco de la comida familiar, en los comportamientos precoces que forman el gusto. Pese a su variabilidad, la cocina familiar sigue marcada por la tradición; está vinculada a la subsistencia del autoconsumo y a la producción regional de víveres. En Provenza, más que en Normandía, es donde se consumen salsas con alioli; y en Andalucía y en Extremadura donde se degusta el gazpacho.

A este afán de autenticidad regional con acento culinario se vincula el desarrollo de innumerables clubes gastronómicos, o, como en los Alpes del Sur, por ejemplo, las reuniones de cocina organizadas a escala municipal por la mutualidad social de Vaucluse, para rescatar del olvido algunas de las recetas locales. O bien, como se organiza la enseñanza ilustrada en los talleres de cocina tradicional catalana de Ille-sur-Têt.

Nuestras civilizaciones noroccidentales han sufrido tres veces el impacto de la cocina mediterránea: durante el Renacimiento, cuando hubo esfuerzos por adoptar un estilo, incluso alimentario, procedente de una sociedad que era consideraba más civilizada; durante la Revolución Francesa, cuando, apoyándose en la sabiduría de los antiguos griegos y romanos era actualizaba una sensación de naturaleza; por último, en la actualidad, cuando una nostalgia naturalista, ejemplificada en un ambientalismo no exento de rigor, se mezcla con la obsesión dietética respecto de la cual se define a sí misma. Ésta caracteriza a las sociedades industrializadas ricas, y en particular a los países del norte de Europa y a los Estados Unidos.

8 En español en el original (N. del T.).

Obsesiones dietéticas de los ricos

¿Cuáles son las características de la alimentación en los países altamente industrializados? Goza de abundantes recursos pero se encuentra relativamente aislada del ámbito geográfico sureño, así como de sus ritmos ecológicos. Sin embargo, esos países disponen de ingresos suficientes para consumir cualquier tipo de comida, sin importar la cantidad, el lugar, ni la época del año. Fischler (1979) llama a esto *gastroanomía*.

Un estilo de vida caracterizado por un bajo gasto energético no permite quemar los excedentes ocasionados por una alimentación muy abundante, en la que predominan los azúcares, las grasas y las proteínas animales. Este tipo de alimentación provoca numerosas enfermedades degenerativas —ya mencionadas aquí—, frente a las cuales es menester lidiar para lograr una dieta adecuada. En tales condiciones, la alimentación mediterránea constituye una alternativa aceptable (Keys y Keys, 1975). Hay que compenetrarse de la perspectiva científica y moralizante en el contexto de la cual se hacen estas recomendaciones, y considerar las consecuencias psicopatológicas provenientes de una alimentación excesiva y mal vista, socialmente hablando. En su libro, *Life, its Mysteries and Miracles* (1910), el Dr. Kellog, cuyas opiniones —se puede colegir— estaban algo sesgadas, subraya que la grasa estaba prohibida por Dios (Levítico 30: 17), y que antes del Diluvio universal sólo las frutas y las nueces estaban permitidas (Génesis 1: 29). Para evitar entonces un nuevo Diluvio, la humanidad tendría que renunciar a las «sustancias que exaltan el paladar», y no considerar al acto de comer «como un pasa tiempo, un divertimento o un placer, pues esto conduciría con seguridad a la degeneración y a la condena» (citado por Skrabanek, 1994: 172).

Aimez (1979) escribía que nuestra sociedad manifiesta un sentimiento de culpabilidad en relación con el consumo y es ahí donde brotan psicopatologías como la bulimia, la anorexia y la toxicomanía. Esta ansiedad alimentaria no se haya tan extendida en las sociedades tradicionales, donde reina más bien el temor al hambre y donde un cuerpo robusto es signo de prosperidad (Garine y Koppert, 1991; Garine, 1995). El rechazo a la gordura y el malestar relativo de la ingesta de alimentos, caracterizan a muchas sociedades europeas prósperas. El origen de esto último es atribuido por Rozin (1976, 1980) al ámbito de la biología y a la naturaleza omnívora del animal humano. Sin excluir este

aspecto, yo estaría tentado a observar, también, un fenómeno que involucra a la cultura y que es el resultado de la dominación económica y del liderazgo de la sociedad industrial del norte de Europa y de los Estados Unidos, cuya moral es más bien laxa de cara a la satisfacción de las necesidades básicas, ya sean sexuales o alimentarias. Históricamente, este modelo cultural está ligado a la religión protestante, al puritanismo y las inhibiciones que les caracterizan. La generalidad de las actitudes mencionas por Rozin, parecen ser el resultado del monopolio de los medios de comunicación y de la fuerza de los modelos que caracterizan a las sociedades pudientes; éstas son capaces de imponer sus puntos de vista al mundo, al margen de la unidad biológica de la especie humana. Importa a estas sociedades, en todo momento, demostrar la superioridad del espíritu sobre el cuerpo y su animalidad, la permisividad y el placer están prohibidos: «One should not indulge in food». Se debe comer para alimentarse, lo que obviamente hace posible una actitud «fríamente científica», relativa a una dieta estrictamente diseñada para satisfacer las necesidades nutricionales. De cara a estas perspectivas, el modelo mediterráneo puede constituir, objetivamente, una alternativa dietética: esto es, olvidar que, según lo observado por Trémolières (1973: 156), el hombre es un consumidor de símbolos, tanto como de nutrientes.

La jovialidad amenazada

No es posible ignorar los valores profundos, el *ethos* que subyace bajo las actitudes y los comportamientos alimentarios mediterráneos. Los mismos Keys y Keys (1975) admiten que la jovialidad, y algunas veces la frugalidad obligada, no excluyen las consideraciones hedonistas. Comer es agradable y de alguna manera es moral. No hay necesidad de extenderse: el platillo más espartano no está exento de consideraciones gastronómicas. Hace una veintena de años, Lacarrière (1975: 255) escribió, a propósito de una merienda matinal en Grecia: «Cocido sin horno, el hombre retira un trozo de pan de centeno, directamente a las brasas, sin levadura. Es masa no fermentada, densa pero tibia y suave al salir de las cenizas, posee, además, sabor a humo y tierra». Aquí la clave es la textura y el sabor, no las calorías ni las vitaminas. Bosello *et al.* (1993: 253) reconocen el impacto del modelo dietético mediterráneo en los Estados Unidos. Al respecto escriben: «Las grandes asociaciones promotoras de la salud en los

Estados Unidos han alentado prácticas alimentarias más sanas: por ejemplo, las que caracterizaban al Mediterráneo en los años sesenta». Sin duda esta expresión se refiere más a la letra que al espíritu. Y esos cambios fueron concebidos con un sentido ascético para asegurar la longevidad. Es dudoso que en ellos hayan consideraciones hedonistas que hagan del acto de comer algo natural, armonioso, sin prejuicios, como en todo el Mediterráneo. Parafraseando a Lévi-Strauss, se puede decir que los países ricos han tomado en préstamo —al Mediterráneo— los alimentos que son «buenos para comer», pero es dudoso que los consideren como «buenos para pensar». ¿Tendrán el tiempo?

El mundo mediterráneo no es una reserva donde continúe operando una alimentación inocente y gozosa. Está incrustado en el devenir mundial impulsado por sociedades industriales poco permisivas, donde la desaparición del autoconsumo en favor de los productos agroindustriales, o las restricciones de tiempo, hacen que sea difícil dejar al ámbito culinario el lugar que poseía hace todavía algunas décadas; se ha establecido una dependencia alimentaria con respecto a la producción citadina (González, 1994). Como lo señalan Bosello *et al.*, (1991), todos los tipos de vida están implicados en el aumento de la prosperidad económica —monetaria—, en una mayor demanda y con una gama de productos alimenticios más amplia, de los cuales los *fast foods* resultan atrayentes, en un mundo donde las limitaciones de tiempo aumentan. A razón de ello, estos autores, escriben: «Las consecuencias nutricionales son ya tangibles. En la mayoría de los países mediterráneos se consumen cada día 1,000 kilocalorías por encima de la ingesta diaria recomendada por persona. La proporción de lípidos, especialmente de grasa saturada, aumenta. Lo mismo ocurre con las proteínas de origen animal, ricas en colesterol, mientras que el contenido de fibra de la dieta tiende a disminuir» (Bosello *et al.*, 1991: 269). Por ejemplo, en Italia, entre 1952 y 1984, el consumo de proteínas de origen animal, señala Menotti (1991: 244), ha aumentado más del doble, de 22 a 58 g por día; el de las proteínas en general, tanto vegetales como animales, casi se ha cuadruplicado, de 30 a 117 g; asimismo, se utilizan dos veces más lípidos, tanto de origen animal como vegetal, es decir, de 54 a 120 g, mientras que el valor calórico del régimen pasó de 2,540 a 3,590 calorías.

Por otra parte, la atención de las empresas alimentarias ha sido captada por el tema mediterráneo, que es comercialmente rentable. No es insignificante que la reunión sobre la dieta mediterránea, celebrada en Boston en 1993,

bajo los auspicios de Oldways Preservation and Trust, y con la bendición de la Escuela de Medicina de la Universidad de Harvard, haya sido financiada por productores de aceite de oliva, de vino californiano y por importadores estadounidenses de productos alimenticios griegos (Fischler, comunicación personal). Sin duda, este tipo de iniciativa puede tener un carácter positivo. También hay que señalar que ésta surge después de un decenio en que abundaron los platillos mediterráneos preparados, como la pizza o el cuscús, absorbidos y estandarizados por la agroindustria, pues al margen de su preparación fácil, apenas mantienen sus cualidades originales.

¿Debemos creer en la vitalidad de las cocinas regionales ligadas a un estilo de vida, de cara a los modelos internacionales? ¿Tener acceso a la gastronomía de estilo mediterráneo, constituirá una «marca de distinción» para los privilegiados? Me temo que no será el caso.

Traducción del francés, Alfonso Ayala
Revisión de Bárbara Gama y Ricardo Ávila

La bebida en el norte de Camerún entre los *masa* y los *musei*[1]

Introducción

En este trabajo comentaré diferentes aspectos relativos al consumo de bebidas entre los *masa* y los *musei*, grupos étnicos que habitan en Camerún, en las praderas inundadas del río Logone, a 300 km al sur de Yamena, capital de Chad. Con el objeto de ilustrar aspectos particulares me referiré también a otros grupos que hemos estudiado en el área, principalmente los *tupuri*, los *kera* y los *koma*.

Abordaré el agua, la leche y la sangre, bebidas tradicionales y no alcohólicas; también cervezas de manufactura casera elaboradas a partir del sorgo y del mijo; asimismo, bebidas destiladas fabricadas con los mismos productos; y por último, bebidas manufacturadas, principalmente cervezas. Para cada caso, manejaré los aspectos materiales, su valor simbólico y sus implicaciones sociales, religiosas y psicológicas.

Agua

El área a considerar está caracterizada por un clima tropical y una estación lluviosa que dura cuatro meses (precipitación anual irregular que oscila entre 550 y 1 100 mm). La media anual de temperatura es de 26.5 grados Celsius, pero la población sufre de tensiones causadas por el calor, entre los meses de febrero y mayo, cuando las temperaturas alcanzan los 42 grados a la sombra y hasta 54 al sol. Se requiere de abundante hidratación, pero no la hemos cuantificado.

---

1 Publicado en Garine, Igor de y Garine, Valerie de (2001). *Drinking. Anthropological approaches.* The Anthropology of food and nutrition Vol. 4. Estados Unidos: Berghahn Books, pp. 51-65.

Los aldeanos no se preocupan de manera especial por la calidad del agua que beben. Sin embargo, ya sea que se trate de agua que fluye o que permanece en cuerpos de agua, el líquido no se extrae de lugares muy cercanos a las orillas, con objeto de evitar la contaminación. Aquellos pozos en los que han caído animales no son utilizados, tampoco se emplean los estanques en los que frecuentemente tiene lugar la defecación, ubicados en las aldeas y sus alrededores.

Se bebe entre las comidas o al principio o final de las mismas. Para mantener fresca el agua dentro del recinto, ésta se almacena en jarras de barro poroso, a medio enterrar en el piso de la cocina. Se tapan con una jícara o con el medio cono de una calabaza,[2] el cual se utiliza como recipiente para beber.

A pesar de los esfuerzos gubernamentales, la falta de suministro de agua adecuada aún afecta algunas aldeas ubicadas en suelos lateríticos. Puede ser que, por necesidad, el agua potable sea transportada desde lugares distantes, lo que significa una tarea pesada para las mujeres. La excavación tradicional de pozos resulta muy aventurada en suelos ligeros. No obstante que los pozos representan sólo una pequeña parte del agua disponible, éstos se encuentran bajo el dominio de Mununta, diosa de todas las aguas, quien es responsable de los accidentes que puedan resultar de su utilización, por ejemplo suicidio por ahogamiento o muerte debida a la inhalación de gas carbónico durante la excavación de los pozos. La diosa de todas las aguas también castiga con hidropesía a quienes la han ofendido, los «llena con agua».

El temor a morir de sed permanece vívido. Ha ocurrido tres veces durante los últimos diez años. Los cazadores son muy cuidadosos en cuanto a llevar con ellos una buena provisión de agua durante las cacerías colectivas en la estación seca. En la literatura oral es común el tema del cazador perdido a punto de morir de sed. El héroe es salvado por su perro sabueso, el cual regresa a donde está el cazador, con su piel mojada. Luego, el trampero sigue al animal, encuentra un estanque o una calabaza con agua, bebe y derrama el agua, la cual

2 En el texto, el término *calabaza* será utilizado para designar un recipiente elaborado a partir del fruto de las plantas *Cucurbita lagenaria* o *Lagenaria vulgaris*, seco y cortado, conocido también como *jícara*. La elección se basa en el hecho de que el término *jícara* es utilizado también para designar recipientes de madera o alfarería (N. del T.).

se precipita detrás de él y se convierte en uno de los ríos permanentes de la región, como el Kabia o el Loka.

El cantón o región de Guisey fue poblado por los descendientes de un cazador perdido, que fue a caballo desde la margen occidental del río Logone y que finalmente encontró un lugar donde saciar su sed y la de su caballo, así como un lugar para establecerse. Clanes y linajes han luchado fieramente para conservar y mantener sus derechos y accesos a una fuente permanente de agua, como lo es la de los lagos Boro e Yirwi, al norte de la comarca de D'jarao. Por otra parte, los dos héroes fundadores del clan de Gunu, Gaya y Huduk, desterrados de su país, recibieron la oferta de nuevas tierras como premio por matar a un ave mítica que no permitía a los habitantes originales beber el agua de su propio río.

Algunos clanes pequeños han sido empujados de manera abierta hacia las partes más secas del país. Un recuerdo de esto es el derecho que ellos conservan de sacar agua para usos rituales de los estanques y corrientes que poseyeron originalmente. Es el caso, por ejemplo, del clan Gobo, que fue expulsado de la comarca de Game, en Chad, hacia el sur.

Simbólicamente, el agua es muy importante: es «fría», puede ser tomada para refrescar las malas influencias que son con frecuencia consideradas «calientes», o la contaminación que resulta del contacto con los demonios o con la muerte. Entre los musei, beber agua puede constituir el episodio final de rituales religiosos que se realizan antes de regresar al hogar, purificando a los participantes del contacto contaminante con el mundo sagrado. Posee también la propiedad de limpiar pensamientos malévolos o hechizos. Entre los masa, si durante un sueño un individuo ve la sombra de su vecino cometiendo una ofensa —por ejemplo, adulterio con la esposa del que sueña—, enfrenta al transgresor por la mañana temprano, le dice lo que ha sucedido y el culpable potencial debe darle agua para beber con objeto de lavar, simbólicamente, los efectos de su desagradable acción. Si el culpable potencial no cumple con el ofrecimiento de agua, corre el riesgo de ser llevado frente a las autoridades locales.

El agua es también utilizada para refrescar el cuerpo en caso de fiebre. Es usada para curar simbólicamente periodos «cálidos» y situaciones de la vida humana, como el embarazo o el puerperio en las mujeres, y el enojo, la violencia y las consecuencias del asesinato entre los hombres. Y es también el principal componente de sopas, papillas, gachas, bebidas y cerveza.

Sangre

En contraste con el agua, la sangre es un elemento «caliente». Es la bebida de muchos seres sobrenaturales, principalmente del espíritu de la muerte, Matna, y de Bagaona, el espíritu de la tierra de nadie en la espesura. Existen rituales en los que mujeres poseídas por esas deidades beben la sangre de animales sacrificados.

La matanza de animales siempre incluye una ofrenda de sangre; derramándola sobre el suelo servirá para atraer a los poderes sobrenaturales; puesta en una vasija de calabaza, sobre el camino de entrada a una casa, evitará que los espíritus se acerquen a las moradas humanas. Por otra parte, en los sistemas de adivinamiento la sangre es uno de los atributos de los animales domésticos, que pueden ser sacrificados a partir del diagnóstico de la sesión de adivinamiento. La sangre es, asimismo, la bebida de los *su dawra*, los hechiceros caníbales. Para ellos, resulta un veneno mortal ingerir la sangre menstrual de la propia esposa. En algunos casos, la sangre puede ser utilizada como un último recurso por una mujer llevada al borde de una crisis.

Refrescos o bebidas suaves tradicionales

Ciertas plantas de sabor ácido, como el tamarindo (*Tamarindus indica*) y la acedera (*Hibiscus sabdariffa*), son maceradas en agua para obtener bebidas refrescantes que se consumen entre comidas. La bebida de acedera africana, de color rojo, es utilizada como sustituto del vino durante la comunión, en los servicios religiosos de sectas protestantes que practican la abstinencia.

Un amplio rango de bebidas ligeramente fermentadas son consumidas por las mujeres, quienes las producen a partir de: a) papilla aguada de sorgo, que se deja fermentar durante la noche, con o sin la adición de levaduras; b) *kochett*, que es una bebida similar a partir del arroz; c) *kalla*, hecha de sorgo o de mijo, a los cuales se puede agregar chile y azúcar; d) la pulpa machacada del fruto de la *Grewia villosa* se utiliza de la misma manera. Asimismo, los masa y los musei conocen la manera de hacer hidromiel y utilizan infusiones de hojas de *Cassia tora* o granos tostados de *Cassia occidentalis.* El té, muy dulce y fuerte, se está convirtiendo en una bebida común entre los viejos y aquellos que quieren demostrar su fe musulmana.

Leche

Los pueblos a quienes nos referimos son pastores. Los masa crían ganado vacuno, ovejas y cabras; lo mismo hacen los tupuri. Los musei crían caballos y cabras, y van poco a poco inclinándose por ovejas y vacas. No obstante, sería un error imaginar que consumen grandes cantidades de leche. El fin de la ganadería es el de llegar a tener tantos rebaños como sea posible. De acuerdo con el clima, el pasto forrajero disponible puede ser exiguo, en cuyo caso la producción de leche es baja, alrededor de dos litros al día. El pastor debe elegir entre utilizar esa leche para consumo humano en detrimento de las crías de su ganado, o reservar la mayor parte de la leche para esas crías. La leche de cabras y ovejas no se utiliza de manera sistemática y se convierte en un privilegio de los pastores jóvenes.

Hemos obtenido datos del consumo de leche de vaca entre los masa. Para el aldeano común éste no es muy alto, pues en promedio anual es de sólo 46 gramos por día. Tampoco se proporciona sistemáticamente a los grupos nutricionalmente vulnerables, como mujeres embarazadas y en lactancia, así como a lactantes de ambos sexos, ya que se cree que produce diarrea. Se han identificado también casos de intolerancia a la lactosa, que ellos llaman *mir galaki*: leche amarga.

El punto de vista tradicional no tiene ninguna relación con la nutrición. El ganado es el bien más valioso de la comunidad, ya que constituye la «dote» matrimonial[3] y en todo caso debe ser utilizado en términos de prestigio. Existen dos instituciones que permiten el uso ostentoso de la leche. Una es informal, la *golla*, que consiste en el préstamo individual de una vaca lechera a un amigo, a quien el propietario desea honrar; el beber la leche formaliza un pacto de amistad. El segundo tipo, el *guru*, es formal (Garine, 1996; Garine y Koppert, 1991; Garine y Pollock, 1995). Esta práctica permite a la parte masculina de la población ganar peso corporal mediante el consumo de leche en dos tipos de sesiones de engordamiento. La primera es colectiva y ocurre en diferentes periodos del año, excepto durante la parte media de la estación de lluvias, de julio a agosto. Entonces, los hombres conviven con el rebaño por

3 En este caso, la dote es la cantidad que el pretendiente paga para obtener a la esposa, usualmente son diez vacas (N. del T.).

periodos que van de uno a cuatro meses, consumiendo principalmente leche de vaca y gachas de sorgo, lo que resulta en una ingesta de aproximadamente 3 500 kilocalorías por día, cerca de 1 000 kcal más que los aldeanos de sexo masculino, y una cantidad mayor de proteínas animales —83 g contra 43— y lípidos, ambos derivados de la leche. En la estación seca, de enero a mayo, los participantes (*gurna*) reciben un promedio de 1 027 g de leche, mientras que los aldeanos sólo 66. Durante la temporada de lluvias, de junio a septiembre, se beben 1 669 g de leche y los aldeanos 124. Finalmente, en la temporada de cosecha, de octubre a diciembre, los *gurna* consumen 1 781 g, mientras que los aldeanos sólo 46 (Garine, 1996: 194). Los *gurna* son, en promedio, 2 kg más pesados que los aldeanos (Garine, 1996: 194).

El segundo tipo de sesión es individual y se trata más bien de un consumo ostentoso. Durante un periodo de aproximadamente dos meses, en medio de la estación de lluvias, que es el período de escasez, el participante permanece aislado e ingiere grandes cantidades de comida, principalmente leche y unas gachas de sorgo rojo. En 1976, el primer participante bajo observación consumió más de 10 000 kilocalorías diarias (Garine y Koppert, 1991) y aumentó 34 kg en tres meses, mucho más de lo que se había observado en voluntarios caucásicos (Sims *et al.,* 1968).

En 1988-1989 se llevó a cabo un estudio del balance energético, que incluía a detalle la ingesta de alimentos, el peso corporal y la composición, así como la actividad física de nueve participantes voluntarios, durante un periodo de sesenta y cinco días. Los resultados obtenidos fueron ligeramente menores a los de 1976 (Pasquet *et al.,* 1992). La ingesta promedio de energía fue de aproximadamente 7 500 kcal. El incremento promedio en peso corporal fue de 17 kg, con dos sujetos sobresalientes que ganaron 20.2 y 23.2 kg, respectivamente.

Debe enfatizarse que en ambos tipos de sesiones de engordamiento, la mayor parte de la dieta es líquida y consiste en barras de sorgo rojo amasadas con leche o agua. Por ejemplo, el programa para 24 horas de un participante en el *guru* individual en Kogoyna, en septiembre de 1976, consistió en once rondas de alimentos, dos de barras de sorgo y condimentos, y nueve de gachas de sorgo mezcladas con agua o leche. Probablemente sea más fácil ingerir grandes cantidades de alimento bebiéndolas que comiéndolas.

La leche es considerada como un artículo privilegiado, y no una simple comida ordinaria. Esto podría explicar la razón por la que rara vez fuese men-

cionada en las respuestas a nuestros cuestionarios sobre las preferencias alimentarias. Es una substancia que simboliza lo que hay de bueno en la vida: ¡dicha! Trae consigo la felicidad y debería ser consumida en circunstancias alegres, no durante el duelo, cuando sólo la leche agria puede ser ingerida. La leche engorda, lo hace a uno fuerte y bravo como un luchador. Lo transforma a uno en una persona amable y pacífica, tan poderosa que no necesita hacer alarde de ello.

Todo lo anterior es lo que se busca a través de la estricta disciplina a la que son sometidos los candidatos a las sesiones de engordamiento individual del *guru walla*: el cambio de la propia personalidad a través de las sesiones individuales de *guru* es una función original de la bebida. La tradición oral documenta estos aspectos de manera abundante, y si profundizamos en los mitos, podemos citar ejemplos relativos a la belleza y al atractivo, así como a otros que se refieren a la fuerza, a la cortesía y a la reverencia hacia los padres y los ancianos. Dicho de modo más prosaico, el hecho participar en las sesiones de engordamiento hace evidente que uno es rico, o por lo menos popular, ya que alguien que es acaudalado ha prestado una vaca para que uno pueda beber su leche.

En el caso de las mujeres, la leche se les proporciona por dos razones principales. La primera es biológica: las chicas delgadas son enviadas a los *guru* individuales para hacerlas engordar y alcanzar la pubertad, de tal manera que estén disponibles para el matrimonio. La segunda razón es psicológica: para acostumbrar a una chica recién casada a su nueva vida y hacerla perder sus inhibiciones, su esposo puede reservar para su uso una o dos vacas en lactancia.

Debe destacarse el hecho inesperado de que la leche no sea utilizada en ofrendas rituales. Su consumo implica algo así como un sentimiento de culpa: beber leche es tan bueno y la felicidad que produce tan intensa, que se cree que una actividad tan simbólicamente plena ¡le acorta a uno la vida!

Cerveza

La cerveza de sorgo es la otra bebida que ostenta un alto valor simbólico: se utiliza durante la mayoría de los rituales. En este aspecto, los masa y los musei contrastan con los tupuri y los kera, y con los montañeses del norte de Camerún, como los koma, entre quienes el acto de beber cerveza es también una actividad profana —muy solicitada—, razón de más para que muchos mercados la provean. De acuerdo con los estudios de Guillard (1965), la cerveza representa entre los tupuri 23 por ciento del ingreso doméstico y 4 por ciento de los gastos. No obstante, el caso anterior no alcanza los niveles de algunas otras sociedades de África. Por ejemplo, en Burkina Faso el consumo de cerveza es de 263 litros per cápita al año, y representa una amenaza real para el abastecimiento de alimentos (Pallier, 1972).

Aquí sólo nos detendremos brevemente con los aspectos técnicos de la fabricación de cerveza; cada grupo étnico tiene la suya. Son dos los tipos principales de cerveza. Una es espesa y opaca, una especie de gacha diluida, por ejemplo la *balsa* de los koma. La otra es ligera y transparente, como la *yi* de los tupuri. Los pueblos de las montañas usan ambos tipos. Los masa y los musei tienen una bebida que sería el punto medio entre las dos mencionadas, opaca pero más ligera que la *balsa.* Los masa la llaman *suma* y los musei, *doleyna*. Cada grupo favorece variedades específicas de sorgo y mijo para su preparación; los masa y los musei utilizan principalmente la del *Sorghum caudatum.*

Se requieren diez días para preparar la cerveza tradicional. La duración del proceso y sus diversas fases son básicas para la organización del calendario ritual de los pueblos de las planicies en el área estudiada. Los tupuri, los kera, los musei y los masa están incluidos en el mismo sistema, y celebran el ritual principal —el principio del ciclo anual, *vun tilla*: la boca de los meses— según el orden en el que cada uno se fue estableciendo en el área. El clan doré, de los tupuri, es el que empieza, seguido por las aldeas vecinas de los kera; luego varios clanes musei: bogodi, gunu y pe, y los masa del clan Guisey.

Al igual que la mayoría de los pueblos agrícolas, los masa, los musei y los tupuri están al tanto de las variaciones estacionales del clima, la ecología y el ciclo vegetativo de las plantas de su tierra. Tienen dominio de un calendario que determina los tiempos adecuados para la mayoría de las actividades técnicas, para las que basta una estimación aproximada del tiempo. En el proceso de

elaboración de la cerveza, los tiempos para la germinación del cereal así como para su cocimiento y fermentación, deben ser observados con precisión si uno quiere evitarse el desprestigio público de una preparación que termine en fracaso. La elaboración de cerveza, y la destilación, suponen una sutil aproximación a un conteo cronométrico.

La fermentación es un proceso misterioso, como lo son las propiedades embriagantes del alcohol. Una leyenda tupuri ilustra este aspecto:

> En los viejos tiempos los tupuri del clan Doré vivían una forma primitiva de vida y bebían sólo cerveza dulce. Bulio, un hombre del rumbo de Peffé (100 km al sur), extraviado en territorio tupuri, encontró resguardo en una cueva de la montaña Doré. Por las noches dejaba su refugio para robar comida de los pobladores autóctonos y poner levadura en la cerveza. Los tupuri la bebieron en abundancia y muchos cayeron al suelo completamente ebrios. El resto de los aldeanos pensaron que estaban muertos y los enterraron, y así fue como la muerte empezó entre los tupuri.

De alguna modo, la cerveza tiene implicaciones simbólicas entre la gente que la maneja. Las mujeres en días de menstruación no tienen permitido elaborarla. La cerveza ritual puede ser manipulada únicamente por adultos que vistan su arreglo ceremonial, y debe ser bebida en un recipiente de calabaza, nuevo y limpio, reservado para este propósito. De manera similar, las mujeres que pertenecen a círculos de poder vienen a dormir en el recinto de su jefe ritual mientras él está elaborando la cerveza, garantizando con su presencia —que simboliza la de la protección sobrenatural de la comunidad— que todo resulte bien. La pureza y la serenidad son necesarias durante la elaboración; están prohibidos los gritos, las discusiones, las peleas o golpear a la propia mujer. La fermentación y el acto de beber están sometidos a rituales entre los masa y los musei, y delimitan un intervalo de tiempo particular, en cierto modo sagrado, diferente a la rutina diaria.

La cerveza es consumida por todas las categorías de individuos en la sociedad, incluidos los niños y los mayores. Es la ambrosía de los seres sobrenaturales y de los ancestros. La mayor parte de las celebraciones religiosas involucran libaciones y consumo de cerveza. Ello se lleva a cabo después de las ofrendas y de la preparación comunitaria de la comida. Entre los masa, una de las principales invocaciones a los ancestros es nombrada *suma bumba*: la cerveza de padre, y la plegaria correspondiente reza: «Padre, aquí está tu cerve-

za. Madre Tierra, Nagata, ven y bebe. Todos ustedes, espíritus de la espesura, vengan y beban. Ninguno de ustedes debe quedar fuera».

La cerveza es mágica y poderosa. Por ejemplo, durante la celebración del espíritu guardián del clan Jarao, de los musei, pueden aparecer gotas de sangre en la superficie de la cerveza ritual. Se cree que la malta —el *sot suma*: excremento de la cerveza— de la mayoría de las cervezas rituales está contaminada, y como tal debe ser abandonada en los cruces de caminos, de tal manera que los transeúntes se vean impregnados por el mal y se lo lleven lejos.

Debe respetarse un orden de precedencia. En los rituales más importantes el jefe del poblado bebe primero, seguido por sus asistentes y después por su primera esposa, los cabezas de familia masculinos, sus esposas y después los niños. Entre los musei, el participar en el ritual de la cerveza demuestra también la identidad consanguínea. Durante el primer día de las celebraciones del Nuevo Año (*vun tilla*), la cerveza está reservada a la parentela, ya que sería venenosa para todo aquel imprudente forastero que se atreviera a tomarla. Algunas deidades, como el dios de la muerte (Matna), son tan peligrosas que sólo la gente que pertenece al grupo preciso que posee la cerveza, puede beberla.

La concentración de alcohol de la cerveza de sorgo está entre los 3 y los 6 grados. Se necesita una cantidad significativa para que un adulto se sienta ebrio, más o menos cinco litros. Diferentes tipos de corteza de árbol, como la de la caoba africana (*Khaya senegalensis*) se utilizan para hacerla más amarga y fuerte (*galaky*). Emborracharse con cerveza no es algo fuera de lo común. Sin embargo, entre los masa y los musei la cerveza de sorgo trae consigo regocijo, principalmente. Durante las intermitentes ocasiones rituales se permite un grado leve de intoxicación alcohólica, que favorece la convivialidad. La embriaguez en alto grado no es común. Los borrachos no sufren ostracismo y no se les culpa mucho por sus acciones mientras están bajo la influencia del alcohol, pero culturalmente no es de esperarse un comportamiento violento y sólo ocasionalmente se suscitan disputas.

¿Cuál es el valor nutricional de la cerveza? Périssé *et al.* (1969), trabajando en Togo sobre una cerveza ligera elaborada a partir del mijo (*dolo*), llegó a la conclusión de que, que su elaboración incrementa la cantidad de vitaminas del grupo B, y disminuye la cantidad de proteínas y calcio contenidas en el grano. En términos de energía, 100 gramos de gachas de mijo equivalen a 140 kcal, pero 100 gramos de cerveza sólo equivalen a 60 kcal. Es decir, resulta más

provechoso comerse el cereal que bebérselo. Sin embargo, entre los masa y los musei la cerveza es considerada como nutritiva. El sólo hecho de beber cerveza calma el hambre y los residuos pueden también ser consumidos. Esto es aceptable, igualmente, entre las mujeres.

Sin embargo, la cerveza tradicional, la «bebida roja» (*doley cawna*), es considerada, cada vez más, demasiado suave para producir una alcoholización rápida que termine en la pérdida de la conciencia. Este papel ha sido ocupado por el alcohol de sorgo «la bebida negra» (*doley warna-arkina*), destilado especialmente con éste propósito.

Alcohol casero (*arkina*)

El *arkina* es producido principalmente a partir del sorgo y, con menos frecuencia, del grano de mijo (*Pennisetum*), al cual se agregan semillas germinadas del mismo cereal y agua. Diez kilos de cereal, más 2.5 kilos de grano germinado y 50 litros de agua producirán cerca de 8 litros de alcohol. Su origen puede ser rastreado hasta hace algunas décadas. Fue llevado a los musei y a los masa de Camerún por una mujer musei llamada Badang Vunugu, del poblado Chadic, en Gunu Gaya. El informante agrega que «ella debiera ser bendecida».

Su destilación toma más o menos cuatro días. Las primeras botellas producidas son consideradas «de calidad superior» y el alcohol más fuerte puede alcanzar una concentración alcohólica de 36 grados. Una botella de cerveza de 33 cl se vende por la cantidad de 500 CFA,[4] aproximadamente un dólar estadounidense. La siguiente calidad contiene un nivel de 20 grados y un costo de 300 CFA por botella.[5] La tercera categoría cuesta 150 CFA por botella, pero no disponemos de un análisis de su valor alcohólico. El número de botellas de cada calidad varía de acuerdo con la rectitud de quien las produce. Podemos estimar que la inversión inicial será multiplicada por dos: 6000 CFA por concepto de sorgo y madera redituarán un valor de venta de 12000 CFA, lo cual representa la utilidad más alta que puede esperarse de un producto tradicional, y significa un fuerte incentivo para dedicarse a destilar.

4 Communauté Française Africaine, institución monetaria que asegura el flujo monetario expedito entre los países antes colonizados por Francia (N. del E.).

5 En la aldea de Nuldayna, en 1989.

En este orden de ideas, el *arkina* constituye un activo importante en el presupuesto familiar: permite al esposo mostrarse francamente ebrio, la mayor parte del tiempo —lo cual implica un prestigio— y facilita a la mujer el evitar el matrimonio o escapar de las abrumadoras restricciones impuestas a las amas de casa (Garine y Koppert, 1988).

En la aldea masa de Kogoyna, con 327 habitantes en 1976, la producción semanal de *arkina*, de junio a noviembre, fue como sigue: junio 109 litros, julio 83, agosto 76, septiembre 97, octubre 116, noviembre 167; dando un total de 648 litros (Koppert, 1981). Si damos por hecho que las mismas cantidades fueron producidas durante los otros seis meses, el consumo anual por habitante sería de 14.46 litros per cápita, y esta es una cantidad considerable. A partir de 1976 la producción y el consumo de alcohol se han incrementado tremendamente, al grado de que algunos alambiques son ahora construidos con dos tubos cada uno, teniendo una doble salida para producir alcohol más rápidamente.

Como bebida profana, el *arkina* se consume de manera generalizada entre los hombres, y en los últimos tiempos también entre las mujeres, y ha reemplazado a la cerveza de sorgo en la mayoría de las reuniones. Sin embargo, se cuida de que no aparezca como una ofrenda ritual para las potestades sobrenaturales, sino como un estímulo en todas las celebraciones rituales o sociales, así como en las de orden religioso, creando una atmósfera general bulliciosa y exuberante. Por mucho tiempo, el alcohol —y especialmente el *arkina*— estuvo prohibido a los *guru* que se alimentaban con leche, lo que atraía a los misioneros como una alternativa al alcoholismo. Esto ya no funciona así, pues hoy, por el contrario, se ha convertido en un estímulo para sus notables desempeños.

Bajo gobiernos anteriores, influenciados por una poderosa facción musulmana de la sociedad (siendo el presidente de Camerún un fulani), la destilación era considerada ilegal y un delito que implicaba multas e inclusive se castigaba con cárcel. Ahora es una actividad perfectamente legal. Beber en exceso se ha convertido en el principal identificador de riqueza y virilidad. El *arkina* juega un papel importante en el muy serio problema de embriaguez que enfrenta Camerún.

Cervezas Manufacturadas

Las destilerías han existido en Camerún durante varias décadas y hoy en día operan en la mayoría de las ciudades grandes, utilizando malta y arroz importados. Beaufort, 33, Guinness, King y Satzenbrau son las principales marcas camerunesas; la marca Gala llega de Chad. Además de sus propiedades agradables y que alivian la sed en un clima muy cálido, la cerveza promueve una prosperidad socioeconómica que exhibe dinero, un indicador de éxito y riqueza. Algunos jefes de cantón no se movilizan si no cuentan con su provisión de cerveza.

Los mercados locales y las sesiones de compra para los cultivos comerciales (algodón, arroz, cacahuate) son las ocasiones para una cuantiosa ingestión de cerveza por parte de los agricultores. El pagar rondas de cerveza, acompañadas por carnes a la parrilla y rosquillas, demuestra generosidad entre los aldeanos, así como entre los ejecutivos de nivel medio y alto y empleados de gobierno en áreas urbanizadas. En la ciudad acompaña los bocadillos de carne asada servidos en horas de trabajo. Se consume también después de las horas de oficina y en el tiempo libre en bares y «circuitos» (tinajas clandestinas), que facilitan oportunidades para los amoríos, así como para embriagarse, demostrando atractivo sexual al mismo tiempo que riqueza.

El precio de una botella de cerveza de 33 cl, que aumentó de 250 a 350 CFA hace pocos años, acostumbraba ser la cantidad estándar de efectivo que se entregaba como símbolo de amistad, como preliminar para el cortejo, o como la multa obtenida por un policía sediento mediante la extorsión. Con el fin de contrarrestar la destilación casera del alcohol de sorgo, el gobierno cambió su estrategia y ahora permite la distribución de cerveza manufacturada en las áreas rurales. Casetas o quioscos en los que puede obtenerse cerveza al tiempo, es decir, tibia, pueden encontrarse en los sitios más remotos de la espesura. Esta diseminación, simplemente ha tenido el efecto de ofrecer más oportunidades para embriagarse. La cerveza es, para los estándares del hombre común, una bebida cara. Se necesitan unas cinco botellas de cerveza para empezar a sentir la embriaguez. Dos botellas de *arkina* producirán un resultado mucho más espectacular por la mitad del precio, y darán al bebedor la reputación de ser atrevido. Por lo demás, pocos destilados o vinos manufacturados se consumen en el norte de Camerún. El whisky importado y el vino son privilegio de la élite político-económica no musulmana.

En términos de una moderna escala progresiva de valores, el prestigio se incrementa cuando se pasa del consumo de cerveza local al alcohol local, de la cerveza manufacturada al de vinos y destilados importados: mientras más caros, más potentes, y extranjeros, mejor. Por cierto, Camerún acusa un alto nivel de consumo de champaña.

Embriaguez

El alcohol de *arkina* y la cerveza son utilizados principalmente para conseguir, tan rápida y económicamente como sea posible, una intoxicación severa, más que un disfrute y cierto nivel de embriaguez. Los masa distinguen tres niveles de embriaguez: el *surum surum* «el vino se ha subido a sus ojos, ve claramente, habla sin avergonzarse, controla el ruido que hace»; el *wuyigiya* «camina de derecha a izquierda, se cae, vomita algunas veces y se pelea»; y el *tofoy ku doleyna* «hasta arriba con el trago»; este estado es ya la dependencia alcohólica, uno se embriaga sólo de ver la botella, «muerto de borracho hasta perder la conciencia».

Hay poca preocupación sobre un hombre que no sea capaz de controlar lo que bebe. Los agravios, delitos o malas acciones cometidos en estado de ebriedad no son manejados con dureza, a menos que causen severo daño corporal o material. Este fue el caso en 1998 entre los masa: una mujer que dio muerte a su esposo —notorio borrachín y salvaje— con un mazo para machacar cereal durante una pelea doméstica; no fue castigada ni enviada a prisión.

La embriaguez tiene una imagen prestigiosa, según un cuestionario aplicado al azar entre 1984 y 1994 entre los grupos masa y musei. Las preguntas eran las siguientes:

1. ¿Cuáles son las bebidas que prefiere? ¿Por qué?
2. ¿Cuáles son las bebidas de los pobres?
3. ¿Cuáles son las bebidas de los ricos?
4. Si usted fuera rico, ¿qué bebería?

Los resultados generales fueron como sigue: musulmanes, protestantes y mujeres dicen que no consumen alcohol sino refrescos gaseosos, como Fanta, limonada o agua carbonatada. Las bebidas favoritas mencionadas con mayor frecuencia son las alcohólicas más caras, principalmente cerveza. La cerveza de

sorgo tiene una connotación positiva como bebida ritual: nutritiva y sin riesgos, pero revela también limitaciones de dinero y un estilo de vida anacrónico. El *arkina* está en una posición ambigua. Los consumidores tienen conciencia de sus efectos biológicos negativos: jaqueca, ojos enrojecidos, tendencia a la violencia, pérdida de conciencia y en última instancia, locura: (*hoyna*, «como un perro loco»). Un dicho reza: «*arkina* no puede matar a un hombre pobre, pero si a uno rico: no tiene límite para satisfacer su deseo». De hecho, hace treinta años la muerte por intoxicación alcohólica era el privilegio de los jefes administrativos de cantón, que eran lo suficientemente ricos como para ahogarse en *arkina* y tomarse un largo tiempo para morir. A la fecha, el incremento general en el ingreso hace posible que fuertes cantidades de dinero sean desembolsadas en la bebida, algunas veces 50 por ciento o más. Por ejemplo M., un extensionista local, gana 25 000 francos CFA por mes (unos 50 dólares estadounidenses), y gasta cerca de 20 000 en *arkina*, de la cual se bebe diez botellas al día si dispone del efectivo necesario: arguye que no puede pasarla sin el licor un sólo día. Dicen los musei que los adictos incluso van a trabajar en campos ajenos, con objeto de ganar lo necesario para su dosis diaria. Lo anterior es un recurso despreciable, de acuerdo con los estándares culturales.

La adicción a la bebida se percibe como una situación que tiene consecuencias desastrosas en el aspecto económico. *Doleina / arkina / jay / zina*: alcohol / *arkina* / destruye / el hogar; «*arkina* / me arruina / se come todo mi dinero». Y sin embargo, se considera que también tiene efectos positivos en términos de salud y que genera la motivación suficiente para ir a trabajar. Asimismo, se piensa que alivia el hambre. Se dice que cura malestares ligeros como diarrea, gastritis y problemas con la visión. Combate el resfriado y la fiebre mejor que «medicamentos manufacturados vendidos en los mercados por dependientes analfabetos». Los supuestos beneficios del *arkina* y la embriaguez son psicológicos: «Cuando tomo *arkina* me siento fuerte, no me canso fácilmente, veo las cosas con más claridad, hace que mis ojos brillen, pierdo mi tendencia a sentirme menos, me vuelvo lo suficientemente atrevido como para golpear a mi mujer si es necesario y puedo sostenerle la mirada a un policía, ojo a ojo».

Desde 1976, la vida cotidiana en la mayoría de las aldeas que hemos estudiado se ha convertido en algo muy difícil en todos los sentidos. Hay poco control social y las normas morales ya no se respetan. El hambre, la enfermedad (el cólera morbus), el bandidaje, las venganzas, el asesinato y la prostitución,

así como los abusos administrativos y policiacos, son constantes. En 1997 se estimó que cerca de 50 por ciento de la población había caído en la bebida, muchos con exceso, dilapidando de esta manera los escasos recursos disponibles.

Beber alcohol tiene una función catártica, tanto en el grupo como entre los individuos. Entre los grupos que hemos estudiado, los aldeanos son cada vez más conscientes de su incapacidad para integrarse a los estilos de la vida moderna que tanto anhelan. Han perdido sus valores tradicionales y no han asimilado los nuevos, llevados por las religiones cristianas. Al no estar laboralmente capacitados, tienen acceso a pocas oportunidades y han perdido la mayor parte de las creencias que mantenían el control social en la vida tradicional. La intoxicación alcohólica les permite olvidar sus tribulaciones y les proporciona una sensación de superioridad, por lo menos durante un rato. Esta situación es similar a la que se ha mencionado de manera abundante en los estudios sobre los indios de Norteamérica: «La adicción al alcohol es una estrategia eficiente para enfrentar los problemas de aculturación que resultan de intrusiones externas» (Mac Andrew y Edgerton, 1969). El proceso que estamos atestiguando en el norte de Camerún es similar a lo que se puede observar en todas partes, en particular en África. El alcohol es un artículo rentable que permite hacer dinero, su consumo confiere prestigio, es una muestra de modernidad y proporciona una salida a las dificultades de la pobreza y la ansiedad derivadas de la aculturación.

Observar la bebida entre los masa y los musei, nos confronta con un amplio rango de productos líquidos que satisfacen necesidades biológicas y apetencias sociales. Están relacionadas con la saciedad o satisfacción (por ejemplo el agua) o con la estimulación (e.g. el alcohol). Son utilizadas para alcanzar bienestar biológico y social. Como la comida, están impregnadas de incontables símbolos e implican, como hemos visto, muchos aspectos materiales e inmateriales de cada cultura. Por lo tanto, deben estudiarse sistemáticamente las bebidas, al mismo tiempo que se estudia la comida, para comprender las consecuencias, tanto evidentes como encubiertas de su ingestión en toda sociedad. En este trabajo he tratado de considerar, desde un punto de vista ajeno, desapegado, el uso y consumo de todos los tipos de bebidas en dos culturas. Nuestros hallazgos en el norte de Camerún exigen mirar esta cuestión desde un punto de vista más involucrado. El alcoholismo está destruyendo rápidamente a los grupos sociales que hemos conocido durante más de cuarenta años. Nada

se ha hecho al respecto y es difícil actuar. De hecho, la coerción no entrañará mucha mejoría. El combatir la propagación del alcoholismo implica una total modificación de la vida material, así como la del *ethos* cultural como un todo, tanto en el ámbito local como en la sociedad nacional. Hoy en día, entre los masa y los musei, solamente las creencias religiosas y morales pueden constituir una muy

Endeble barrera contra el «beber por desesperanza». Las prohibiciones sobre el consumo de alcohol operan en varias sectas protestantes, como la Brethren Luterana de Minnesota y, notablemente, también entre los musulmanes. Esta es la única área en la que el fundamentalismo religioso podría contribuir al bienestar de la humanidad.

Destilación de alcohol casero de Sorghum *y* Pennisetum (arkina) *entre los musei*

Primer día	El grano es molido, junto con sorgo seco o gachas de mijo. 10 kg de grano rinden aproximadamente 8 litros de alcohol. Es cocido en agua en un barril de acero. La mezcla del *arkina* obtenida se deja enfriar en el recipiente durante 24 horas, bien cerrado. La harina obtenida a partir del grano germinado de *Pennisetum* o *Sorghum*, es amasada con la mezcla obtenida (2.5 kg por 10 kg de mezcla). Se le agrega agua.
Segundo día	La preparación se mezcla cuidadosamente, se le agrega levadura. El recipiente se cierra, apretando bien la tapa. La mezcla se deja fermentar durante 24 horas. A la mañana siguiente se prueba el preparado, al cual se le puede agregar agua. La tapa del barril se cierra apretando bien.
Tercer día	A la mañana siguiente, el alambique (que consiste en un tubo de fierro que sale del barril y pasa a través de un recipiente lleno de agua fría para condensar los vapores del alcohol) es fijado al barril, perfectamente apretado.
Cuarto día	La preparación se pone a hervir. El alcohol gotea a través de un tapón de algodón y cae en botellas de cerveza en donde se deja enfriar. El *arkina* está listo para beberse.

Traducción del inglés de Sergio Gama
Revisión y corrección de Bárbara Gama y Ricardo Ávila

Gordos y hermosos: los *masa*[1]

Si se siguen las recomendaciones de los nutriólogos occidentales y bioantropólogos, el exceso en la comida y la obesidad son mal vistos en el marco de las culturas occidentales (Bray, 1987; Scrimshaw y Dietz, 1995). Sin embargo, el hecho de ser gordo puede considerarse positivamente en aquellas sociedades en las que el hambre es un temor constante, así como la saciedad es el placer principal derivado de la ingesta de alimentos. Los *masa* son un buen ejemplo contemporáneo de un grupo étnico que valora la gordura y que ha desarrollado una institución específica para lograrla.

Este grupo, con una población aproximada de 300 000 personas, está asentado en las aéreas norteñas de Camerún y en el suroeste de Chad, sobre los dos márgenes del rio Logone, a 2 500 kilómetros al sur de Yamena, la capital de Chad. Los masa practican la agricultura, la pesca y el pastoreo. El ganado es su recurso más valioso y su uso más importante no es el alimenticio. Su manejo es más bien social, y se manifiesta en varias formas: para la compra de una esposa, el postor debe entregar diez vacas a su futuro suegro; también se usa como medio para desarrollar un prestigioso sistema de préstamo de ganado. Prestar una vaca a alguien demuestra estima por esa persona, pues ésta podrá beber su leche, un elemento considerado de gran valía en la dieta. De este modo, el propietario extiende su propia red social, puesto que la leche y el ganado son los elementos centrales de una institución compleja: el *guru.* El *guru* consiste en sesiones de engorda, que gozan de gran prestigio entre los masa. Permiten a los individuos varones adquirir una apariencia física altamente valorada y una

1 Publicado en *Viennese ethnomedicine newsletter*, 2003, vol. v (3): 3-6.

posición social relevante, en tanto que participan en el cuidado de los rebaños y en actividades específicas, como el canto, el baile y la lucha corporal, todo lo cual ocurre desafiando a los miembros comunidades vecinas.

Esta institución puede ser considerada como un típico despliegue de prestigio y de consumo ostentoso (Garine y Koppert, 1991; Garine y Pollock, 1995; Garine, 1996), y pese a ello se practica con sumo entusiasmo. Para los masa, a la fecha, es una de las características más representativas de su cultura. En marzo de 2003 fue presentada como tema principal en el programa del Congreso Multinacional de los masa, en Yagoua. Hoy en día, el incremento en el número de cabezas de ganado y la necesidad de mantener una vigilancia estrecha sobre los rebaños, que es la tarea de los *gurna* —es decir, los participantes en el *guru*—, son factores que han contribuido a conservar, e incluso a incrementar, el número de campos colectivos de *guru* entre aldeas camerunesas.

Existen dos tipos de sesiones de engordamiento, la primera de las cuales, *guru sarmana*, es colectiva. En diferentes periodos del año —con excepción de la parte media del temporal de lluvias, en julio y agosto— los hombres conviven con el rebaño por periodos que van de uno a cuatro meses. Durante ese periodo consumen principalmente la leche de las vacas y gachas[2] de sorgo, lo que da como resultado una ingesta aproximada de 3 500 kilocalorías por día (poco más de 1 000 kcal por encima del consumo de los hombres en las aldeas); también consumen más proteínas animales (86 g en vez de 46) y lípidos, ambos derivados de la leche. En la estación seca, de enero a mayo, los participantes en el *guru* (*gurna*) reciben un promedio de 1 027 g de leche, mientras que los aldeanos reciben sólo 66. Durante la estación de lluvias, de junio a septiembre, beben 1 669 gramos de leche, contra 124 que beben los aldeanos. Finalmente, en la temporada de cosecha, de octubre a diciembre, los *gurna* consumen 1 781 g, mientras que los aldeanos sólo 46 (Garine, 1996: 194). A lo largo de estos períodos los *gurna* ganan en promedio 2 kg de peso respecto de los aldeanos.

El segundo tipo de sesión es individual y se convierte en un caso de consumo ostentoso. Durante un periodo que dura aproximadamente dos meses, a la mitad del temporal de lluvias, que es el período de escasez, el participante permanece aislado e ingiere cantidades muy grandes de alimento, principal-

2 El término *gacha* es utilizado en este texto para designar una mezcla (papilla) de sorgo o mijo con leche o agua, y que puede ingerirse cruda o cocida (N. del T.).

mente leche y gachas de sorgo rojo. En 1976, el primer participante sometido a observación, consumió más de 10 000 kilocalorías por día (Garine y Koppert, 1991) y ganó 34 kg en tres meses, mucho más de lo que se ha observado entre voluntarios caucásicos (Sims *et al.*, 1968).

Durante 1988-1989, durante 65 días, se llevó a cabo un estudio con un grupo de nueve voluntarios, relativo a su balance energético, el cual incluía en detalle la ingesta de alimentos, el peso, la composición y la actividad corporal. El objetivo era determinar la magnitud de la respuesta termogénica a una sobrealimentación masiva durante un periodo de tiempo prolongado. Los resultados obtenidos fueron ligeramente más bajos que los de 1976 (Pasquet *et al.*, 1992: 483):

> La sobrealimentación acumulada consistió en alrededor de 7 500 kcal (955 ± 252 MJ [x ± SD]) principalmente como carbohidratos. El incremento del peso corporal fue de 17 ± 4 kg, de los cuales 64-75 % correspondieron a grasa; esto con dos sujetos sobresalientes que ganaron, respectivamente, 20.2 y 23.2 kg. Los índices metabólicos se incrementaron, pero no el TEE. No obstante, cuando fue considera la reducción de la actividad física, se observó una termogénesis substancial, pero su amplitud no fue mayor a la observada bajo condiciones menos extremas de sobrealimentación de carbohidratos. Si el luxuskonsumption[3] existe, no está relacionado con la magnitud de la sobrealimentación acumulada.

En los dos tipos de sesiones de engordamiento la mayor parte de la dieta fue líquida, y consistió en barras de sorgo rojo amasadas con leche o agua. Así, por ejemplo, en septiembre de 1976, el programa de 24 horas de alimentación de un participante en el *guru* individual de Kogoyna, consistió en once episodios alimentarios: dos a base de barras de sorgo y condimento, y nueve a base de gachas de sorgo mezcladas con agua o leche. Las sesiones de alimentación conllevan una buena cantidad de vómitos, pedorreos, defecaciones y micciones. El «paciente» debe permanecer inactivo con el objeto de ahorrar energía

3 La expresión *luxuskonsumption* o su relativa en inglés, *luxus consumption*, no existe en español. Originalmente se refiere al consumo excesivo de una planta en el suelo. Merriam Webster: «the absorption of nitrogen or potash from the soil by a crop in excess of crop needs». Este término se toma prestado de las ciencias agropecuarias para describir las sesiones de engorda (N. del T.).

y engordar más rápidamente; comer es obligatorio: se le exige tragar hasta que se encuentre al borde del vómito.

Es obvio que los hombres que tienen acceso a las sesiones de *guru* se encuentran en mejores condiciones nutrimentales que el resto de la población, y soportan con mayor comodidad el periodo de escasez. Es reconocido el valor nutrimental de la leche, así como el peligro de consumirla en exceso. Es por esta razón que las sesiones individuales de engordamiento, *guru walla*, no pueden prolongarse por más de tres meses: a partir de la floración del sorgo y hasta el tiempo de su cosecha. Cortar el tallo del sorgo sería simbólicamente equivalente a cortar el cuello del *guru walla*, quien puede aún continuar su sesión de engordamiento.

De igual manera, la leche se considera benéfica para la mujer. Las chicas más delgadas son enviadas al *guru* individual para hacerlas engordar y alcanzar la pubertad; de esta manera estarán disponibles para el matrimonio. Son entonces exhibidas durante los festivales tradicionales para suscitar el interés de posibles pretendientes adinerados. No debe olvidarse el aspecto simbólico de esta institución: la leche es vista como un bien tangible, prestigioso y no simplemente como una comida o alimento ordinario. Simboliza lo que es bueno en la vida: ¡dicha! Aporta felicidad y debe ser consumida en momentos de jovialidad, no en tiempos de duelo, cuando sólo la leche agria puede ser ingerida. La leche lo vuelve a uno gordo, fuerte y valiente como un luchador. Lo transforma a uno en una persona amigable y pacífica, con tanto poder, que está de más exhibirlo.

Esto es lo que se busca a través de la estricta disciplina a la que son sometidos los candidatos a las sesiones de engordamiento individual del *guru walla*. La tradición oral registrada abunda en estos aspectos. El hecho de cambiar la propia personalidad a través de las sesiones individuales de *guru* es una función original del beber. Si profundizamos más en los mitos, podemos citar ejemplos relativos a la belleza y el atractivo, así como a otros que se refieren a la fuerza, a la cortesía y a la actitud reverente con los propios padres y los ancianos. De manera más prosaica, participar en las sesiones de engordamiento evidencia que uno es rico o, por lo menos, popular, ya que alguien que es acaudalado ha prestado una vaca para que uno pueda beber de su leche.

La institución del *guru* trae consigo aptitudes biológicas y bienestar mental a los hombres, y la sociedad entera puede, en consecuencia, beneficiarse psicológicamente a partir del ambiente festivo creado por las sesiones de

engordamiento individuales, mismas que tienen lugar en medio del periodo de escasez. Sin embargo, los beneficios para los miembros femeninos de la sociedad, en quienes descansa el futuro demográfico, son discutibles. Así, las mediciones antropométricas de las mujeres masa, y la comparación con las mujeres del grupo vecino, los *musei* —que tienen un sistema de alimentación similar pero sin vacas o sesiones de engordamiento—, muestran que las primeras son de menor estatura y menor peso que las segundas y pierden peso más rápidamente al envejecer, no obstante que el conjunto de la dieta de los masa es más rica. También sufren de un porcentaje mayor de mortandad al nacer y de mortalidad infantil. Lo anterior apoya la hipótesis de que el acceso desigual a la comida entre hombres y mujeres promueve la aptitud biológica de los hombres, pero de alguna manera a expensas de la población considerada como un todo (Garine y Koppert, 1991), y que la cultura no está ciegamente sintonizada con la necesidad biológica de una sociedad determinada, que busca la eficacia inclusiva como su aspiración definitiva.

Cronograma diario de las sesiones de engorda

06:00 - 07:00	Gachas preparadas con sobras de barras de sorgo, mezcladas con agua
08:00 - 09:00	Gachas preparadas con barras de sorgo, mezcladas con agua
10:00 - 11:00	Gachas preparadas con barras de sorgo, mezcladas con agua
11:00 - 12:00	Pasta espesa de sorgo, mezclado con agua
13:00 - 14:00	Leche o barras de sorgo, mezcladas con agua
15:00 - 16:00	Gachas preparadas con barras de sorgo, mezcladas con agua
16:00 - 17:00	Gachas preparadas con barras de sorgo, mezcladas con agua o leche
18:00 - 19:00	Barras de sorgo y condimentos
19:00 - 21:00	Gachas preparadas con barras de sorgo, mezcladas con agua
21:00 - 24:00	Gachas preparadas con barras de sorgo, mezcladas con agua o leche
01:00 - 04:00	Leche o papilla de harina de sorgo, mezclada con leche

Traducción del inglés de Sergio Gama
Revisión de Bárbara Gama y Ricardo Ávila

Bibliografía

Accolas, Jean-Pierre; Jean-Pierre Deffontaines y Françoise Aubin (1975). «Les activités rurales en République populaire de Mongolie: L'Agriculture et Élevage; II. Produits laitiers». *Etudes Mongoles,* 6: 7-98.

Aimez, Pierre (1979). «Psychopathologie de l'Alimentation quotidienne». *Communications*, 39: 93-107.

Alexander, John y Donald Gilbert Coursey (1969). «The origins of yam cultivation», en Peter J. Ucko y Geoff W. Dimbleby (eds.), *The Domestication and Exploitation of Plants and Animals*. Londres: Duckworth, pp. 405-425.

Alland, Alexander Jr. (1970). *Adaptation in Cultural Evolution: an Approach to Medical Anthropology*. Nueva York: Columbia University Press.

Apfelbaum, Marian (1994). «La diète prudente, est-elle bien raisonnable?», en Claude Fischler (ed.), *Manger Magique: Aliments sorciers, croyances comestibles*. París: Autrement, pp. 179-183.

Arnott, Margaret (ed.) (1976). *Gastronomy: the Anthropology of Food Habits*. La Haya: Mouton.

Aron, Jean-Paul (1973). *Le Mangeur du XIXe siècle*. París: Robert Laffont.

Atwater, Wilbur Olin y Benedict Francis Gano (1902). *An experimental inquiry regarding the nutritive value of alcohol*. Washington: US Departament of Agriculture.

Augé, Marc (1986). «L'Anthropologie de la Maladie». *L'Homme. Anthropologie: état des Lieux*, 26 (97-98): 81-90. París: Navarin/Livre de Poche.

Aymard, Maurice; Claude Grignon y Françoise Sabban (1993). *Le Temps de Manger: Alimentation, emploi du temps et rythmes sociaux*. París: Editions de la Maison des Sciences de l'Homme/Institut National de la Recherche Agronomique.

Bahuchet, Serge (1985). *Les Pygmées Aka et la Forêt Centrafricaine*. París: Société d'Etudes linguistiques et anthropologiques de France (SELAF)/Centre national de la recherche scientifique (CNRS).

Bailey, Kenneth Vernon (1961). «Rural nutrition studies in Indonesia: I. Background to nutritional problems in the Cassava áreas». *Tropical and Geographical Medicine*, 13: 216-233.

Balandier, Georges (1971). *Sens et Puissance*. París: Presses Universitaires de France, colección Quadrige.

Balfet, Hélène (1975). «La technologie», en Robert Cresswell (ed.), *Éléments d›Ethnologie: Six Approches*. París: Armand Colin, pp. 44-79.

Baker, Paul Thornell; Joel M. Hanna y Thelma Baker (eds.) (1986). *The Changing Samoans*. Oxford: Oxford University Press.

Bateson, Gregory (1972). *Steps to an Ecology of Mind*. Nueva York: Bailamme.

Bastide, Roger (1950). *Sociologie et Psychanalyse*. París: Presses Universitaires de France.

Bayliss-Smith, Timothy y Richard Feachem (eds.) (1977). *Subsistence and Survival: Rural Ecology in the Pacific*. Nueva York: Academic Press.

Beaton, George (1985). «The Significance of Adaptation in the Definition of Nutrient Requirements and for Nutrition Policy», en Sir Kenneth Blaxter y John Conrad Waterlow (eds.), *Nutritional Adaptation in Man*. Londres: John Libbey, pp. 219-232.

Beiser, Morton (1978). «Authors abstract». *Psychiatric Research Review*, 15: 86-87.

Benedict, Ruth Fulton (1946). *Patterns of Culture*. Nueva York: Mentor Books.

Berkes, Fikret y Carol Farkas (1978). «Eastern James Bay Crée Indians: Changing patterns of Wild Food Use and Nutrition». *Ecology of Food and Nutrition*. 1: 155-172.

Blaxter, Sir Kenneth y John Conrad Waterlow (eds.) (1985). *Nutritional Adaptation in Man*. Londres: John Libbey.

Bocuse, Paul (1976). *La Cuisine du marché*. París: Flammarion.

Borgerhoff Mulder, Monique (1985). «Adaptation and Evolutionary Approaches to Anthropology». *Man* (new series), 22 (1): 25-41.

— (1988). «Kipsigi Bridewealth Payments», en Laura Betzig, Monique Borgerhoff Mulder y Paul Turke (eds.). *Human Reproductive Behaviour: A Darwinist Perspective*. Cambridge: Cambridge University Press, pp. 65-82.

Bosello, Ottavio; Fabio Armellini y Mauro Zamboni (1991). «Obesity», en Gene A. Spiller (ed.), *The Mediterranean Diets in Health and Disease.* Nueva York: Van Nostrand Reinhold, pp. 252-276.

Bourdieu, Pierre (1979). *La Distinction: critique sociale du jugement*. París: Éditions de Minuit.

Boyden, Stephen (1970). «Cultural Adaptation to Biological Maladjustment», en Stephen Boyden (ed.), *The Impact of Civilisation on the Biology of Man*. Sydney: Australian University Press, pp. 190-218.

Bray, George (1987). «Overweight is risking fate. Definition, classification, prevalence and risks», en Richard J. Wurtman y Judith J. Wurtman (eds.), *Human Obesity: Annals of the New York Academy of Sciences*, vol. 499. Estados Unidos: Wurtman, pp. 14-28.

Brillât-Savarin, Jean Anthelme (1885). *Physiologie du goût*, tomo 1. París: Librairie de la Bibliothèque Nationale.

Brown, Ellen P. (1983). *Nourrir les Gens, Nourrir les Haines: Études et documents tchadiens*. París: Société d'Ethnographie.

Burnett, John (1966). *Plenty and Want: a Social History of Diet in England from 1815 to the Present Day*. Harmondsworth: Pelican.

Capel, José Carlos (1981). *Comer en Andalucía*. Madrid: Penthalon.

Carême, Marie-Antoine (1847). *L'Art de la cuisine française au dix-neuvième siècle*. París: Au Comptoir des Imprimeurs Unis.

Cavalli-Sforza Luigi Luca y Marcus Feldman (1981). *Cultural Transmission and Evolution: A quantitative approach*. Princeton, Estados Unidos: Princeton University Press.

Chambers, Robert; Richard Longhurst y Arnold Pacey (eds.) (1981). *Seasonal Dimensions to Rural Poverty*. Nueva York: Frances Pinter.

Chang, Kwang-chih (ed.) (1977). *Food in Chinese Culture. Anthropological and Historical Perspectives*. New Haven: Yale University Press.

Clark, John Desmond (1968). «Studies of hunter-gatherers as an aid to interpretation of prehistoric societies», en Richard Barry Lee e Irven DeVore (eds.), *Man the Hunter*. Chicago: Aldine.

Clutton-Brock, Timothy Hugh (ed.) (1977). *Primate Ecology: Studies of Feeding and Ranging Behaviour in Lemurs, Monkeys and Apes*. Nueva York: Academic Press.

Cohen, Yehudi A. (1961). «Food and its vicissitudes: a cross-cultural study of sharing and non sharing», en Yehudi A. Cohen (ed.), *Social Structure and Personality: a casebook*. Nueva York: Holt, Rinehardt & Winston.

— (ed.)(1968 2a ed.). Introducción a *Man in Adaptation*: *the Cultural Present*. Aldine: Chicago, pp. 1-9.

Colby, Benjamin N. (1987). «Well-Being: A theoretical programme». *American Anthropologist*, 89: 879-895.

Coppens, Yves; Francis Clark Howell; Glynn Llywelyn Isaac y Richard Leakey (eds.) (1976). *Earliest Man and Environments in the Lake Rudolf Basin: Stratigraphy, Paleoecology and Evolution*. Chicago: University of Chicago Press.

Crocker, Jon Christopher (1985). *Vital Souls: Bororo Cosmology, Natural Symbolism and Shamanism*. Tucson, Arizona: University of Arizona Press.

Cresta, Massimo; Sully Ledermann, Ariette Garnier, Enzo Lombardo y Guy Lacourly (1969) [reporte]. «Étude des consommations alimentaires des populations de onze régions de la Communauté européenne en vue de la détermination des niveaux de contamination radioactive». Centre d'Études Nucléaires de Fontenay-aux-Roses, France. Bruselas: Communauté Européenne d'la Energie Atomique (Euratom)/Commissariat à l'Energie Atomique (CEA).

David, Elizabeth (1980). *Elizabeth David Classics: Mediterranean Food, French Country Cooking, Summer Cooking*. Bungay, Inglaterra: The Chaucer Press.

Danforth, Elliott Jr.; R. J. Darjel, Harvey L. Katzeff, Eric Ravussin y John S. Garrow (1981). «Thermogenic responsiveness in Pima». *Indian Clinical Research*, 29 (3): 663.

Davis, Clara Marie (1928). «Self selection of diets by newly weaned infants: an experimental study». *American Journal of Disabled Children*, 36: 651-689.

Darby, William J.; Paul Ghalioungui y Louis Grivetti (1977). *Food, the Gift of Osiris*. Londres: Academic Press.

Decarli, Adriano y Carlo La Vecchia (1991). «Diet and Cancer», en Gene A. Spiller (ed.), *The Mediterranean Diets in Health and Disease*. Nueva York: Van Nostrand Reinhold, pp. 287-303.

Dennett, Glen y John Connell (1988). «Acculturation and Health in the Highlands of Papua, New Guinea». *Current Anthropology,* 29 (2): 273-299.

Descola, Philippe (1986). *La Nature domestiquée: Symbolisme et praxis dans l'ecologie des Achar*. París: Éditions de la Maison des Sciences de l'Homme.

Descola, Philippe y Gísli Pálsson (eds.) (1996). *Nature and Society: Anthropological Perspectives*. Londres/Nueva York: Routledge.

Douglas, Mary (1957). «Animals in Lele religious symbolism». *Africa,* 27: 46-58.

— (1963). *The Lele of the Kasai*. Londres: Oxford University Press.

— (1966). *Purity and Danger*. Londres: Routledge & Kegan Paul.

— (1971). *De la Souillure: Essai sur les notions de pollution et de tabou,* vol. 1. París: François Maspéro.

— (1972). «Deciphering a meal». *Daedalus,* 101: 61-82.

— (1977). «Structures of gastronomy», en *Annual Report 1976-77.* Nueva York: Russell Sage Foundation.

— (1978). «Culture», en *Annual Report 1977-78*. Nueva York: Russell Sage Foundation.

Dubos, René (1981). «The Biology of Civilization with Emphasis on Perinatal Influence», en Stephen Boyden (ed.), *The Impact of Civilization on the Biology of Man*. Sydney: Australian University Press, pp. 219-229.

Du Bois, Cora (1969) (2a ed.). *The people of Alor. A social-psychological study of an East Indian Island*. Cambridge: Harvard University Press/Mass.

Durham, William Howard (1976). «The Adaptative Significance of Cultural Behaviour». *Human Ecology*, 4 (2): 89-121.

Durif, Christine (1990). «Perception et représentation du poids et des formes corporelles: une aproche psychothnologique». *Social Science Information,* 29 (2): 297-326.

Durkheim, Émile (1938) (2a ed.). *The Rules of Sociological Method*. Nueva York: Free Press.

Eibl-Eibesfeldt, Irenäus (1977). *Ethologie, biologie du Comportement: Naturalia et Biologia*. París: Scientifiques.

— (1979). «Human Ethology: Concepts and implications for the Science of Man». *The Behavioural and Brain Sciences*, 2: 1-57.

Ekalle, Stephane (1947). «Croyances et pratiques obstétricales des Douala». *Bulletin de la société d'Études camerounaises*, 19: 70-75.

INE (1985). *Encuesta de presupuestos familiares 1980-1981,* vol. V, «Etudes sur la Nutrition». Madrid: Instituto Nacional de Estadística/Instituto de Ciencia y Tecnología de Alimentos y Nutrición-Consejo Superior de Investicaciones Científicas.

Escoffier, Georges Auguste (1957 [1903]). *A Guide to Modern Cookery*. Londres: Hutchinson.

Eveleth, Phyllis B. y James Mourilyan Tanner (1976). *Worldwide Variations in Human Growth: IBP International Biological Programme I*. Cambridge, Inglaterra: Cambridge University Press.

FAO/OMS/UNU (1985). *Energy and protein requirements*. Ginebra: WHO, colección Technical Report Series, 724.

— (1986). *Besoins énergétiques et besoins en protéines*. Ginebra: WHO, colección Série de Rapports techniques, 724.

FAO/WHO (1957). *Calorie Requirements: report of the Second Committee of Calorie Requirements*. Roma: FAO, colección FAO Nutritional Studies, 15.

— (1965). *Besoins en protéines: Rapport d'un groupe mixte d'experts FAO/OMS*. Roma: FAO, colección Reunions de la FAO sur la nutrition, 37.

— (1973). *Besoins énergétiques et besoins en protéines: Rapport d'un comite special mixte FAO/OMS d'experts*. Roma: FAO, colección Reunions de la FAO sur la nutrition, 52.

— (1974). *Manuel sur les besoins nutritionnels de I'Homme*. Roma: FAO, colección Etudes de nutrition de la FAO, 28.

— (1986). *Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture: rapport et perspectives sur les produits*. Roma: FAO.

Farb, Peter y George Armelagos (1980). *Consuming Passions. The Anthropology of Eating*. Nueva York/Boston: Washington Square Press/Houghton Mifflin.

Feldman, Marcus W. y Richard C. Lewontin (1975). «The heritability hang-up». *Science*, 190: 1163-1168.

Fernandez, Dominique (1965). *Mère Méditerranée*. París: Bernard Grasset.

Ferro-Luzzi, Anna (1978). «Nutrition, Body Composition and Physical Activity of Children under different Ecological conditions», en *Ekologia Zywienia.* Polonia: Ossolineum, pp. 249-270.

Ferro-Luzzi, Anna; Nicholas G. Norgan y John Durnin (1975). «Food intake in relationship to body weight and age, and its apparent nutritional adequacy in New Guinean children». *The American Journal of Clinical Nutrition,* 28: 443-453.

— (1978). «The Nutritional Status of some New Guinean Children as assessed by anthropometric, biochemical and other indices». *Ecology of Food and Nutrition*, 7: 115-128.

Ferro-Luzzi, Anna y Stefania Sette (1989). «The Mediterranean Diet: An attempt to define its Present and Past Composition». *European Journal of Clinical Nutrition,* 43 (suplemento 2): 13-29.

Fieldhouse, Paul (1986). *Food and Nutrition: Custom and Culture*. Londres: Croom Helm.

Firth, Raymond (1934). «The sociological study of native diet». *Africa,* 7 (4): 401-414.

— (1966). *Malay Fishermen: Their Peasant Economy*. Nueva York: W. W. Norton.

Fischler, Claude (1979). «Gastro-nomie et gastro-anomie». *Communications*, 31: 189-210.

— (1990). *L'Homnivore*. París: Odile Jacob.

Flandrin, Jean-Louis y Massimo Montanari (eds.) (1996). *Histoire de l'Alimentation.* París: Fayard.

Flannery, Kent Vaughn (1969). «Origin and ecological effects of early domestication in Iran and the Near East», en Peter J. Ucko y Geoff W. Dimbleby (eds.), *The Domestication and Exploitation of Plants and Animals*. Londres: Duckworth.

Foley, Robert (1985). «Optimality theory in Anthropology». *Man* (new series), 20: 222-242.

Folkman, Susan y Lazarus Richard S. (1988). «The Relationship between Coping and Emotion: Implications for Theory and Research». *Social Science and Medicine*, 26 (3): 309-317.

Foucault, Michael (1972). *Histoire de la Folie à l'Age classique*. París: Gallimard.

Freedman, Robert L. (1981). *Human Food Uses: A Cross-Cultural Comprehensive Annotated Bibliography*. Westport, Londres: Greenwood Press.

— (1983). *Human Food Uses: A Cross-Cultural Comprehensive Annotated Bibliography, Supplement*. Westport, Londres: Greenwood Press.

Freeman, Milton M. R. (1988). «Tradition and change: Problems and Persistence in the Inuit Diet», en Igor de Garine y Geoffrey Ainsworth Harrison (eds.). *Coping with Uncertainty in Food Supply*. Oxford: Clarendon Press, pp. 150-169.

Freud, Sigmund (1913 [1969 2a ed.]). *Totem and Taboo*. Londres: Hogarth Press.

Fritz, Martin F. (1935). «Diet and racial temperament». *Psychological Bulletin,* 32: 320-335

Froment, Alain (1984). *Etat nutritionnel et fonction sociale chez les Massa et les Musey du Nord Cameroun*. Yaoundé: Centre de Nutrition du MESRES.

Froment, Alain; Igor de Garine, Charles Binam Bikoi y Jean-Félix Loung (eds.) (1996). *Bien Manger et Bien vivre. Anthropologie alimentaire et développement en Afrique intertropicale: du biologique au social*. París: L'Harmattan/ORSTOM.

Fujita, Yoshiaki; Toyoko Okuda, Toru Rikimaru, Mineko Ichikawa, Suichi Miyatani, Naemi Kajiwara, Chigusta Date, Takaisha Minamide, Hideo Koishi, Michael

P. Alpers y Peter F. Heywood (1986). «Studies of Nitrogen Balance in Male Highlanders in Papua New Guinea». *Journal of Nutrition*, 116: 536-544.

Garine, Igor de (1963). «Le prestige et les vaches». *VI Congrès International des Sciences Anthropologiques et Ethnologiques*. 2 (2): 191-196. París.

— (1964). *Les Massa du Cameroun, vie économique et sociale*. París: PUF.

— (1972). «The socio-cultural aspects of nutrition». *Ecology of Food and Nutrition*, 1 (2): 143-163.

— (1975). «Contribution à l'ethnozoologie du cheval chez les Moussey (Tchad et Cameroun)». *L'Homme et l'animal (Actes du 1º Colloque d'Ethnozoologie, november 1973).* París: Institut intertational d'Ethnosciences, pp. 505-520.

— (1978). «Population, production and culture in the plains societies of northern Cameroon and Chad: The anthropologist in development projects». *Current Anthropology,* 19 (1): 42-65.

— (1979). «Culture et Nutrition». *Communications*, 31: 70-92.

— (1980). «Approaches to the Study of Food and Prestige in Savanna Tribes: Massa and Mussey of Northern Cameroon and Chad». So*cial Science Information*, 19 (1): 39-78.

— (1984). «De la perception de la malnutrition dans les sociétés traditionnelles». *Social Science Information,* 23 (4-5): 731-754.

— (1990). «Les modes alimentaires: Histoire de l'Alimentation et des Manières de Table», en Jean Poirier (ed.), *Histoire des Mœurs, tome I: «Les coordonnées de l'Homme et la Culture matérielle»*. París: Encyclopédie de la Pléiade/Gallimard, pp. 1447-1627.

— (1990). «Adaptation biologique et Bien-être psychoculturel». *Bulletins et Mémoires de la Société d'Anthropologie de Paris*, 2 (2): 151-174.

— (1992). «La dieta mediterránea en el conjunto de los sistemas alimentarios», en Isabel González Turmo y Pedro Romero de Solís (eds.), *Anthropología de la alimentación: Ensayo sobre la dieta mediterránea*. Sevilla: Consejería de Cultura y Medio Ambiente-Junta de Andalucía, pp. 9-27.

— (1993). «Food resources and preferences in the Cameroonian Forest», en Claude Marcel Hladik, Hélène Pagezy, Olga Francesca Linares, Annette Hladik, Alison Semple y Malcom Hadley (eds.), *Tropical Forests, People and Food: Biocultural interactions and applications to development*. Carnforth, United Kingdom: UNESCO/Paris and Parthenon Pub, pp. 561-588, colección Man and the Biosphere Series, 13.

— (1995). «Socio Cultural aspects of the male fattening sessions among the Massa of Northern Cameroon», en Nancy J. Pollock e Igor de Garine (eds.), *The Social Aspects of Obesity*. Amsterdam: Gordon and Breach, pp. 45-71.

— (1996). «Food and the Status Quest in Five African Cultures», en Polly Wiessner y Wulf Schiefenhövel (eds.), *Food and the Status Quest: An Interdisciplinary Perspective*. Oxford/Providence, Estados Unidos: Berghahn, pp. 193-218.

Garine, Igor de y Valerie de Garine (eds.) (2001). *Drinking. Anthropological Approaches*. Oxford/Providence, Estados Unidos:Berghahn.

Garine, Igor de y Geoffrey Ainsworth Harrison (eds.) (1988). *Coping with Uncertainty in Food Supply*. Oxford: Clarendon Press.

Garine, Igor de y Koppert Georgius J. A. (1988). «Coping with Seasonal Fluctuations in Food Supply among Savanna Populations: The Massa and Mussey of Chad and Cameroon», en Igor de Garine, Geoffrey Ainsworth Harrison (eds.), *Coping with Uncertainty in Food Supply*. Oxford: Clarendon Press, pp. 210-260.

— (1990). «Social Adaptation to Season and Uncertainty in Food Supply», en Geoffrey Ainsworth Harrison, John Conrad Waterlow (eds.), *Diet and Disease in Traditional and Developing Societies*. Cambridge: Cambridge University Press, pp. 240-289.

— (1991). «*Guru*. Fattening Sessions among the Massa». *Ecology of Food and Nutrition*, 25 (1): 1-28

Garine, Igor de y Nancy J. Pollock (eds.) (1995). *Social aspects off Fatness and Obesity*. Amsterdam: Gordon and Breach.

Gautier, Théophile (1981). *Voyage en Espagne, suivi de España*, ed. de Patrick Berthier. París: Gallimard.

Gast, Marceau (1968). *Alimentation des populations de L'Ahaggar: etudes ethnographiques*. París: Arts et Métiers Graphiques.

Geertz, Clifford (1968 2a ed.). «The impact of the concept of culture on the concept of Man», en Yehudi A. Cohen (ed.), *Man in Adaptation: the Cultural Present*. Chicago: Aldine, pp. 19-32.

Gokulathathn, Karakat S. y Verghese Kannarkat P. (1969). «Sociocultural malnutrition: growth failure in children due to sociocultural factors». *Journal of Tropical Pediatrics,* 15 (3, septiembre): 118-124.

González Turmo, Isabel (1994) [tesis doctoral]. «La transformación de los hábitos alimenticios en Andalucía occidental». Sevilla, España: Departamento de Antropología Social, Sociología y Trabajo Social-Universidad de Sevilla.

Goodall, Jane (1965). «Chimpanzees of the Gombe Stream Reserve», en Irven DeVore (ed.), *Primate Behaviour*. Nueva York: Holt Rinehardt and Winston, pp. 425-473.

Goodenough, Ward Hunt (1957). «Cultural anthropology and linguistics», en Paul Garvin (ed.), *Report of the Seventh Annual Round Table meeting on Linguistics and Language Study*. Washington: Institute of Languages and Linguistics-Georgetown University Press, colección Monograph Series on Languages and Linguistics, 9.

Goody, Jack (1982). *Cooking, Cuisine and Class: A Study in Comparative Sociology*. Cambridge: Cambridge University Press.

Gould, Stephen Jay y Lewontin Richard C. (1982). «L'Adaptation biologique». *La Recherche*, 132: 1494-1502.

Granet, Marcel (1968). *La Pensée chinoise*. París: Albin Michel.

Grivetti, Louis Evan y Rose Marie Pangborn (1974). «Origin of Selected Old Testament Dietary Prohibits: An Evaluative Review». *Journal of the American Dietetic Association*, 65 (6): 634-638.

Guillard, Jouanny (1965). *Golompui: Analyse des Conditions de Modernisation d'un Village du Nord Cameroun*. París/La Haya: Mouton/École Pratique des Hautes Etudes.

Guthe, Carl Eugen y Margaret Mead (1945). *Manual for the Study of Food Habits*. Washington: Bulletin of National Research Council/National Academy of Sciences.

Hamayon, Roberte (1975). «L'os distinctif et la chair indifférente». *Etudes Mongoles.* 6: 99-122.

Hanna, Joel M.; Gary D. James y John M. Martz (1986). «Hormonal Measure of Stress», en Paul Thornell Baker, Joel M. Hanna y Thelma S. Baker (eds.), *The Changing Samoans: behaviour and Health in Transition*. Nueva York: Oxford University Press, pp. 203-221.

Harding, Robert S. O. (1975). «Meat-eating and hunting in baboons», en Russell H. Tuttle (ed.), *Socioecology and Psychology of Primates*. La Haya: Mouton, pp. 245-257.

Harner, Michael (1977). «The Ecological Basis for Aztec Sacrifice». *American Ethnologist*. 4: 117-135.

Harris, Marvin (1968). *The rise of anthropological theory*. Nueva York: Harper and Row.

— (1975). *Corns, Pigs, Wars and Witches: The Riddles of Culture*. Nueva York: Vintage/Random House.

— (1978). *Cannibals and Kings: the Origins of Culture*. Nueva York: Vintage/Random House.

— (1980). *Cultural Materialism: the Struggle for a Science of Culture.* Nueva York: Vintage/Random House.

— (1985). *Good to eat: Riddles of food and culture*. Nueva York: Simon & Schuster.

— (1987 2a ed.). *The Sacred Cow and the Abominable Pig: Riddles of Food and Cultur*e. Nueva York: Touchstone.

Harris, Marvin y Eric B. Ross (1987). «Theoretical overview», en Marvin Harris y Eric B. Ross (eds.), *Food and Evolution: Towards a Theory of Human Food Habits*. Filadelfia: Temple University Press, pp. 5-6.

Harrison, Geoffrey Ainsworth (1984). «Adaptation and well-being», en Amitabha Basu y Kailash C. Malhotra (eds.), *Proceedings of the Indian Statistical Institute Golden Jubilee International Conference on Human Genetics and Adaptation: Human Adaptation,* vol. 2. Calcutta: Indian Statistical Institute, pp. 165-171.

— (1987). «Social Heterogeneity and Biological Variation». *Man*, 23: 740-756.

Harrison, Geoffrey Ainswort; Cameron D. Palmer, David A. Jenner y Vincent Reynolds (1981). «Associations between rates of urinary catecholamine excretion and aspects of lifestyle among adult women in some Oxfordshire villages». *Human Biology*, 53: 617-633.

Harrison, Geoffrey Ainsworth y John Conrad Waterlow (eds.) (1990). *Diet and Disease in Traditional Developing Societies*. Cambridge: Cambridge University Press, colección Society for the Study of Human Biology Symposium, 30.

Hart, Terese y John Hart (1986). «The ecological basis of hunter-gatherers subsistence in African rain forests: The Mbuti of Eastern Zaire». *Human Ecology*, 14: 29-55.

Hawkes, David (1959). *Ch'uTz'u: The Songs of the South*. Oxford: Clarendon Press.

Headland, Thomas N. (1987). «The wild yam question: how well could independent hunter-gatherers live in a tropical rain forest ecosystem?». *Human Ecology* 15 (4): 463-91.

Heath, Dwight (1987). «A decade of Development in the Anthropological Study of Alcohol Use: 1970-1980», en Mary Douglas (ed.), *Constructive Drinking: Perspectives on Drink from Anthropology*. Cambridge, Inglaterra/París: Cambridge University Press/Editions de la Maison des Sciences de l'Homme, pp.16-69.

Hipsley, Eben H. (1964). «Considérations sociales et économiques sur le taux d'utilisation d'energie en Nouvelle Guinée». *Bulletin du Pacifique Sud,* 14 (2): 28.

Hipsley, Eben H. y Frederic W. Clements (eds.) (1950). *Report of the New Guinea nutrition survey expedition 1947*. Sydney: A. H. Petiffer, Goverment Printer.

Hipsley, Eben H. y Nancy E. Kirk (1966 [1965]). *Studies of Dietary Intake and the Expenditure of Energy by New Guineans*. Numea, Nueva Caledonia: South Pacific Commission, colección Technical paper, 147.

Hladik, Claude Marcel (1973). «Alimentation et activite d'un groupe de chimpanzes reintroduits en foret gabonaise». *La Terre et la Vie*, 27: 344-413.

— (1976). «Chimpanzees of Gabon and chimpanzees of Gombe. Some comparative data on the diet», en T. H. Clutton-Brock (ed.), *Primate Ecology: Studies of Feeding and Ranging Behaviour in Lemurs, Monkeys and Apes*. Nueva York: Academic Press.

Hladik, Claude Marcel; Serge Bahuchet e Igor de Garine (eds.) (1989). *Se Nourrir en Forêt équatoriale: Anthropologie alimentaire des populations des régions forrestières humides d'Afrique*. París: CNRS/UNESCO/MAB.

— (1990). *Food and Nutrition in the African Rain Forest*. París: CNRS/UNESCO/MAB.

Hladik, Claude Marcel; Annette Hladik, Hélène Pagezy, Olga Francesca Linares, Georgius Koppert y Alain Froment (1996). «L'alimentation en forêt tropicale: Interactions bioculturelles et perspectives de développement», en Alain Froment, Igor de Garine, Charles Binam Bikoi, Jean-Félix Loung (eds.), *Bien Manger et Bien vivre. Anthropologie alimentaire et développement en Afrique intertropicale: du biologique au social*. París: L'Harmattan/ORSTOM, pp. 99-108.

Hladik, Claude Marcel y Bruno Simmen (1996). «Taste perception and feeding behaviour in non human primates and human populations». *Evolutionary Anthropology*, 5 (2): 58-71.

Hobhouse, Leonard Trelawney; Gerald Clair Wheeler y Morris Ginsberg (1951). *The material culture and social institutions of the simpler peoples: An essay in correlation*. Londres: Chapman Hall.

Horton, Donald (1943). «The Function of Alcohol in Primitive Societies. A Cross-cultural Study». *Quarterly Journal of Studies on alcohol*, 4: 199-320.

Hubert, Annie (1995). *Pourquoi les Eskimos n'ont pas de Cholestérol*. París: First.

Huss-Ashmore, Rebeca (1980). «Fat and Fertility: Demographic Implications of differential Fat Storage». *Yearbook of Physical Anthropology,* 23: 65-91.

Isaac, Glynn Llywelyn (1971). «The diet of early man: aspects of archaeological evidence from Lower and Middle Pleistocene sites in Africa». *World Archaeology*, 2 (3): 278-299. Londres: Taylor & Francis Ltd.

Isaac, Glynn Llywelyn; John W. K. Harris y Diana Crader (1976). «Archaeological evidence from the Koobi Fora formation», en Yves Coppens, F. Clark Howell, Glynn Llywelyn Isaac y Richard E. F. Leakey (eds.), *Earliest Man and Environments in the Lake Rudolf Basin, Stratigraphy, Paleoecology and Evolution*. Chicago: University of Chicago Press.

Jakobson, Roman y Morris Halle (1956). *Fundamentals of Language*. La Haya: Mouton.

James, Gary D.; Douglas E. Crews y Jay Pearson (1989). «Catecholamines and Stress», en Michael A. Little y Jere D. Haas (eds.), *Human Populations Biology: A Transdisciplinary Science*. Oxford: Oxford University Press, pp. 280-295.

Jelliffe, Derrick B. (1967). «Parallel food classifications in developing and industrialized countries». *American Journal of Nutrition,* 20 (3): 273-281.

Jenner, David A.; Harrison Geoffrey Ainsworth, Day J. A., Jan Dirk Huizinga y Francisco Mauro Salzano (1982). «Interpopulation comparison of urinary catecholamines: a pilot study». *Annals of Human Biology,* 9: 579-582.

Jenner, David A.; Harrison Geoffrey Ainsworth, Ian Prior, Donna L. Leonetti, Wilfred Y. Fujimoto y Masanori Kabuto (1987). «Interpopulation comparison of catecholamine excretion». *Annals of Human Biology*, 14 (1): 1-9.

Jerome, Norge W.; Randy F. Kandel y Gretel H. Pelto (eds.) (1980). *Nutritional Anthropology*. Pleasantville, Nueva York: Redgrave.

Johnson, Allen y Michael Baksh (1988). «Ecological and structural influences on the preparation of wild food in the diet of two Machiguenga communities», en Marvin Harris y Eric B. Ross (eds.), *Food and Evolution: Towards a theory of human food habits*. Filadelfia: Temple Universiry Press, pp. 387-405.

Juillerat, Bernard (1986). *Les Enfants du Sang: Société, reproduction et imaginaire en Nouvelle Guinée*. París: Éditions de la Maison des Sciences de l'Homme.

Kanafani-Zahar, Aïda (1991). *Mūne, la Conservation alimentaire traditionnelle au Liban*. París: Editions Maison des Sciences de l'Homme.

Kardiner, Abram (1939) [1947 2a ed.]. *The Individual and his Society: The Psychodynamics of Primitive Social Organization*. Nueva York: Columbia University Press.

Kardiner, Abraham; Ralph Linton, Cora Du Bois, y James West (1945). *The Psychological Frontiers of Society*. Nueva York: Columbia University Press.

Katz, Solomon H.; Mary L. Hediger y Linda A. Valleroy (1974). «Traditional processing techniques in the New World: Anthropological and nutritional significance». *Science,* 184: 765-773.

— (1975). «The anthropological and nutritional significance of traditional maize processing techniques in the New World», en Elizabeth Watts, Gabriel W. Lasker y Francis Johnson (eds.), *Symposium on Biosocial Interrelations in Population Adaptation*. La Haya: Mouton, pp. 195-234

Kawai, Masao (1965). «Newly-acquired precultural behaviour of the natural troop of Japanese monkeys on Koshima Island». *Primates,* 6 (1): 1-30.

Keesing, Roger M. (1981). «Theories of Culture», en Ronald W. Casson, *Language, Culture and Cognition: Anthropological Perspectives*. Nueva York: Macmillan.

Kellogg, John Harvey (1910). *Life, its Mysteries and Miracles: A manual of Health Principles*. Battle Creek, Estados Unidos: Good Health.

Kelly, Desmond H. W. (1966). «Measurement of anxiety by Forearm Blood Flow». *The British Journal of Psychiatry*, 112: 789-798.

Keys, Ansel (1970). «Coronary heart disease in Seven countries». *Circulation*, 41 (1): 186-195.

— (1980). *Seven countries: a multivariate analysis of death and coronary heart disease*. Cambridge: Harvard University Press.

Keys, Ancel y Margaret Keys (1975). *How to eat well and stay well: the Mediterranean way*. Nueva York: Doubleday.

Khare, Ravindra S. (1976). *The Hindu Hearth and Home*. Nueva Delhi: Vikas.

Koppert, Georgius J. A. (1981) [mimeo]. «Kogoyna, étude alimentaire, anthropométrique et pathologique d'un village massa du Nord Cameroun». Wageningen, Países Bajos: Département de Nutrition-Université des Sciences Agronomiques-Wageningen University.

Koppert, Georgius J. A. (1988) [tesis]. *Alimentation et culture chez les Tamang, les Ghale et les Kami du Nepal*. Marsella, Francia: Aix University-Faculty of Law, Economics and Political Sciences.

Kühnau, Joachim (1970). «Food Cultism and Nutrition Quackery in Germany», en Gunnar Blix (ed.), *Food Cultism and Nutrition Quackery*. Uppsala: Almquist & Wiksell, pp. 59-68.

Lacarrière, Jacques (1975). *L'Été grec.* París: Pion.

Laderman, Carol (1981). «Symbolic and empirical reality. A new approach to the analysis of food avoidances». *American Ethnologist,* 3: 468-493.

Langaney André (1985). «Génétique et Sociobiologie», en Patrick Tort (éd.), *Misère de la Sociobiologie*. París: Presses Universitaires de France, pp. 39-48.

Leach, Edmund (1974). *Claude Lévi-Strauss*. Londres: Fontana/Collins.

Le Magnen, Jacques (1976). «Mécanismes physiologiques de la prise alimentaire et régulation du bilan d'énergie chez l'homme». *Annales de la Nutrition et de l'Alimentation*, 30: 315-330.

Lee, Richard Borshay (1965) [tesis doctoral]. «Subsistence Ecology of !Kung Bushmen». Berkeley, Estados Unidos: University of California.

— (1969). «!Kung Bushman subsistence», en Andrew P. Vayda (ed.), *Environment and Cultural Behavior*. Nueva York: The Natural History Press, pp. 59-79.

— (1973). «Mongongo: the ethnography of a major wild food resource». *Ecology of Food and Nutrition.* 2 (4): 307-22.

— (1979). *The !Kung San: Men, Women and Work in a Foraging Society*. Cambridge: Cambridge University Press.

Lee, Richard Borshay e Irven DeVore (eds.) (1968). *Man the Hunter*. Chicago: Aldine.

Lehrer, Adrienne (1969). «Semantic cuisine». *Journal of Linguistics*. 5: 39-56.

— (1972). «Cooking vocabularies and the culinary triangle of Lévi-Strauss». *Anthropological Linguistics*. 14: 155-71.

Lemonnier, Pierre (1992). *Elements for an Anthropology of Technology.* Ann Arbor, Estados Unidos: University of Michigan-Museum of Anthropology, colección Anthropological Papers, 88.

Leroi-Gourhan, André (1965). *Le geste et la parole*. París: Albin Michel.

— (1960). «L'Illusion technologique», en *La Technique et l'Homme. Recherches et Débats*. Cahier 31. París: Fayard, pp. 65-74.

Levenstein, Harvey (1994). «Santé, Bonheur», en Claude Fischler (ed.), *Manger Magique: Aliments sorciers, Croyances comestibles*. París: Autrement, pp. 156-168.

Lévi-Strauss, Claude (1949). *Les Structures élémentaires de la Parenté*. París: Presses Universitaires de France.

— (1950). «Introduction à l'oeuvre de Mauss», en Mauss M., *Sociologie et Anthropologie.* París: Presses Universitaires de France.

— (1962a). *Le Totemisme aujourd'hui*. París: Presses Universitaires de France.

— (1962b). *La Pense'e sauvage*. París: Plon.

— (1964). *Mythologiques. I. Le Cru et le cuit*. París: Plon.

— (1965). «Le triangle culinaire». *L'Arc,* 26: 19-29.

— (1966). *Mythologiques. II. Du miel aux cendres*, París: Plon.

— (1968). *Mythologiques. III, L'Origine des manières de table*, París: Plon.
— (1971). *Mythologiques. IV L'Homme nu*, París: Plon.
— (1983). *Le regard éloigné*. París: Plon.
Little, Michael A.; Kathleen Galvin y Paul W. Leslie (1988). «Health and energy requirements of nomadic Turkana pastoralists», en Igor de Garine, Geoffrey Ainsworth Harrison (eds.), *Coping with Uncertainty in Food Supply*. Oxford: Clarendon Press.
Loutan, Louis (1985). «Nutrition amongst a group of Woodabe (Fulani Bororo) pastoralists in Niger», en Allan G. Hill (ed.), *Population, Health and Nutrition in the Sahel*. Londres: Routledge & Kegan Paul, pp. 208-225.
Low, Bobbi S.; Richard D. Alexander y Katharine M. Noonan (1987). «Human Hips, Breasts and Buttocks: is Fat Deceptive?». *Ethology and Sociobiology*, 8: 249-257.
Lutz, Catherine A. (1988). *Unnatural Emotions: Everyday sentiments on a Micronesian Atoll and their challenge to Western theory*. Chicago: University of Chicago Press.
Mahias, Marie-Claude (1985). *Délivrance et convivialite: le systeme culinaire des Jaina*. París: Editions de la Maison des Sciences de l'Homme.
Malinowski, Bronislaw (1935). *Coral Gardens and their Magic: A Study of the Methods of Tilling the Soil and the Agricultural Tribes in the Trobriand Islands*. Londres: Allen & Unwin.
— (1960). *A Scientific Theory of Culture and other essays*. Nueva York: Oxford University Press.
Mauss, Marcel (1950 [1925]). «Essai sur le don, forme et raison de l'échange dans les sociétés archaïques», en *Sociologie et Anthropologie*. París: Presses Universitaires de France, pp. 148-254.
McAndrew, Craig y Robert Edgerton (1969). *Drunken Comportment: a Social Explanation*. Chicago: Aldine.
McCall M. G. y Paul J. Nestel (1981). Citados en Cedric Mims, «Stress in relation to processes of civilisation», en Stephen Boyden (ed.), *The impact of civilisation on the biology of Man*. Sydney: Australian University Press, pp. 190-218.
McFarland, David (ed.) (1987). *The Oxford Companion to Animal Behaviour*. Oxford: Oxford University Press.
Mendras, Henri (1980). «Une Figure de la France», en Odile Benoît-Guilbot y Henri Mendras (ed.), *La Sagesse et le Désordre, France, 1980*. París: Gallimard, pp. 20-65.

Mennell, Stephen (1985). *All Manners of Food. Eating and Taste in England and France from the Middle Ages to the Present.* Oxford: Basil Blackwell.

Menotti, Alessandro (1991). «Cardiovascular diseases», en Gene A. Spiller (ed.), *The Mediterranean Diets in Health and Disease.* Nueva York: Van Nostrand Reinhold, pp. 232-251.

Mims, Cedric (1981). «Stress in relation to processeses of civilisation», en Stephen Boyden (ed.), *The Impact of Civilisation on The Biology of Man*. Sydney: Australian University Press, pp. 167-189.

Minnis, Paul E. (1985). *Social Adaptation to Food Stress. A Prehistoric South-Western Example*. Chicago: University of Chicago Press.

Mintz, A. M. J; Van Veen, A. G. (1968). «A sociological approach to a dietary survey and food habits study in an Andean community». *Tropical Geographical Medicine*, 20: 88-100.

Mitra, Ashok (1974). «Cost and benefit of special nutrition programmes», en *Proceedings of the International Union of Nutritional Sciences, Committee on Economic, Social and Cultural Aspects of Nutrition.* Nueva Delhi.

Mizuno, A., Kawai, M. y Shigeri A. (1976). «Ecological studies of forest-living monkeys in the Kebala forest of Uganda». *African Studies* (Kyoto University), 10: 1-36.

Moore, Henrietta L. y Megan Vaughan (1994). *Cutting Down Trees: Gender nutrition and agricultural change in the northern province of Zambia, 1980-1990*. Portsmouth: N. H. Heinemann.

Moerenhout, Jacques-Antoine (1959 2a ed. [1835]). *Voyage aux lies du Grand Ocean*. París: Maisonneuve.

Morin, Edgar (1986). *La Méthode. vol 3. La Connaissance de la Connaissance*. París: Le Seuil.

Naik, J. P. y Kalpana Bardhan (1974). «Nutritional problems of women in India: Some socioeconomic aspects of nutrition», en *Proceedings of the International Union of Nutritional Sciences, Committee on Economic, Social and Cultural Aspects of Nutrition*. Nueva Dehli.

Nishida, Toshisada y Kenji Kawanaka (1972). «Inter-unit group relationship among wild chimpanzees of the Mahali mountains». *African Studies* (Kyoto University), 7: 131-69.

Norgan, Nicholas G.; Anna Ferro-Luzzi y John Valentine George Andrew Durnin (1974). «The energy and nutrient intake and the energy expenditure of 204

New Guinean adults». *The Philosophical Transactions of the Royal Society*, 263: 309-348.

Odum, Howard T. (1971). *Environment, Power and Society*. Nueva York: John Wiley.

Ojiambo, Julia A. (1967). «A background study of the food habits of the Abasamia of Busia District, Western Province, Kenya: a preliminary study, 1965-1966». *International Journal of Food Sciences and Nutrition,* 21 (4): 216-221.

OMS (1968). *Recherches sur la génétique des populations humaines*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud, colección Série de rapports techniques, 387.

O'Neil, John D. (1986). «Colonial stress in the Canadian Arctic: an ethnography of young adults changing», en Craig R. Janes, Ron Stall y Sandra Gifford (eds.), *Anthropology and Epidemiology*. Dordrecht, Países Bajos: D. Riedel, pp. 249-275.

Oomen, Henricus Adrianus Petrus Canisius (1971). «Ecology of human nutrition in New Guinea: evolution of subsistance patterns». *Ecology of Food and Nutrition,* 1: 1-18.

Oomen, Henricus Adrianus Petrus Canisius y Margaret W. Corden (1970). *Metabolic Studies on New Guineans: Nitrogen Metabolism in Sweet Potato Eaters.* Numea, Nueva Caledonia: South Pacific Commission, colección Technical Paper, 163 (61).

Ossipow, Laurence (1995). «Vegetarianism and Fatness: An undervalued perception of the body», en Igor de Garine y Nancy Pollock (eds.), *Social Aspects of Obesity*. Amsterdam: Gordon and Breach, pp. 127-143.

Pallier, Ginette (1972). *Les Dolotières de Ouagadougou (Haute Volta): Travaux et Documents de Géographie Tropicale*. París: Centre d'Etudes de Géographie Tropicale.

Pagezy, Hélène (1983). «Attitudes of Ntomba Society towards the Primiparous Woman and its Biological Effects». *Journal of Biological and Social Sciences,* 15: 421-431.

— (1986). «Seasonal variations in the growth rate of weight in African babies aged 0 to 4 years». *Ecology of Food and Nutrition*, 18: 29-41.

— (1988a) [Tesis doctoral]. «Contraintes nutritionnelles en milieu forestier équatorial liées à la saisonnalité et a la reproduction: réponses biologiques et stratégies de subsistance chez les ba-Oto et les ba-Twa du village de Nzalakenga (LacTumba), Zaïre». Marsella, Francia: États ès Sciences-Université d'Aix/Marseille III.

— (1988b). «Coping with uncertainty in food supply among the Oto and the Twa living in the Equatorial Forest near Lake Tumba (Zaire)», en Igor de Garine y

Geoffrey Ainsworth Harrison (eds.), *Coping with Uncertainty in Food Supply*. Oxford: Clarendon Press.

Parkes, Colin Murray (1964). «The Effects of Bereavement on Physical and Mental Health: a Study of the Medical Records of Widows». *Journal of Biological and Social Sciences*, 2: 29-41.

— (1965). «Bereavement and mental illness». *British Journal of Medical Psychology,* 38: 1-26.

Passin, Herbert y John W. Bennett (1943). «Social process and dietary change». *National Research Council Bulletin*, 108: 113-123.

Pasquet, Patrick; Lucienne Brigant, Alain Froment, Georgius A. Koppert, Denis Bard, Igor de Garine y Marlan Apfelbaum (1992). «Massive Overfeeding and Energy Balance in Man: The Guru walla Model». *American Journal of Clinical Nutrition,* 56: 483-490.

Pelto, Gretel H.; Pertti J. Pelto y Ellen Messer (eds.) (1989). *Research Methods in Nutritional Anthropology*. Tokio: United Nations University.

Périssé, Julien (1966) [tesis]. «L'Alimentation en Afrique intertropicale. Etude critique a partir des donnees des enquetes de consommation 1950-1965». París, Francia: facultad de farmacéutica-Universidad de París, colección Series universitarias, 436.

Périssé, Julien; Jean Adrian, Alain Rerat y Simone Le Berre (1969). «Bilan Nutritif de la Transformation du Sorgho en Bière». *Annales de Nutrition et Alimentation,* 13 (1): 1-15.

Péquignot, Georges y J. Cubeau (1973). «Enquêtes méthodologiques comparant chez les mêmes sujets la consommation alimentaire appréciée par interrogatoire à la consommation mesurée par pesée». *Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique,* 21: 585-608.

Plaza Carabantes, Juan Pedro (1986). *Extremadura Queso a Queso*. Badajoz: Universitas.

Proust, Marcel (1954). *A la recherche du temps perdu*. París: Bibliothèque de la Pléiade.

Prior, Ian (1976). *Nutritional Problems in the Pacific Islanders: the 1976 Muriel Bell Memorial lecture*. Nueva Zelanda: Nutrition Society of New Zealand.

Radcliffe-Brown, Alfred Reginald (1951). «The comparative method in social anthropology». *Journal of the Royal Anthropological Institute*, 81: 15-22.

— (1952). *Structure and Function in Primitive Society*. Londres: Cohen & West.

Rappaport, Roy (1968). *Pigs for the Ancestors. Ritual in the Ecology of a New Guinean People*. Londres: Yale University Press.

— (1971). «The Sacred in Human Evolution». *Annual Review of Ecology and Systematics*, 2: 23-44.

Renfrew, Jane M. (1969). «The archaeological evidence for the domestication of plants: methods and problems», en Peter J. Ucko y Geoff W. Dimbleby (eds.), *The Domestication and Exploitation of Plants and Animals*. Londres: Duckworth.

Revel, Jean-Françoise (1985). *Un festin en paroles: La sensibilité gastronomique de l'Antiquité à nos jours*. París: Suger.

Rey, Alain (ed.) (1993). *Le Micro Robert Poche*. París: Dictionnaires Le Robert.

Riccardi, Gabriele y Angela Rivellese (1991). «Effects of dietary fiber and carbohydrate on glucose and lipoprotein metabolism in diabetic patients», en Gene A. Spiller (ed.), *The Mediterranean Diets in Health and Disease*. Nueva York: Van Nostrand Reinhold, pp. 277-286.

Richards, Audrey Isabel (1932). *Hunger and Work in a Savage Tribe: A Functional Study of Nutrition Among the Southern Bantu*. Londres: Routledge.

— (1939). *Land Labour and Diet in Northern Rhodesia: an Economic Study of the Bemba Tribe*. Londres: Oxford University Press.

Richards, Audrey Isabel y Elsie M. Widdowson (1936). «A dietary study in northeastern Rhodesia». *Africa,* IX (2): 166-196.

Ritenbaugh, Cheryl (1982). «New Approaches to Old Problems: Interactions of culture and Nutrition», en Noel J. Christman y Thomas W. Maretzki (eds.), *Clinically applied anthropology*. Dordrecht, Países Bajos: Reidel, pp. 141-178.

Rodahl, Kaare (1964). «Les besoins nutritionnels dans la region polaire». *Medecine et Santé publique dans I'Article et l'Antarctique: Cahiers de Santé Publique*, 18: 109-29.

Rozin, Paul (1976). «The selection of foods by rats, humans and other animals», en Jay S. Rosenblatt; Robert A. Hinde, Evelyn Shaw y Colin Beer. *Advances in the study of behaviour,* vol. 6. Nueva York: Academic Press, pp. 21-76.

— (1990). «Social and Moral Aspects of Food and Eating», en Irvin Rock (ed.), *The Legacy of Solomon Asch: Essays in Cognition and Social Psychology*. Nueva Jersey, Estados Unidos: Lawrence Erlbaum Associates, pp. 97-110.

Rozin, Paul y April E. Fallon (1980). «The psychological categorization of foods and non-foods. A preliminary taxonomy of food reflections». *Appetite,* 1: 193-201.

— (1987). «A perspective in disgust». *Psychological Review*, 94 (1): 23-41.

Sahlins, Marshall David (1972). *Stone Age Economics*. Londres: Tavistock.

Sahn, David E.; Richard Lockwood y Nevin S. Scrimshaw (eds.) (1984). *Methods for the evaluation of the impact of food and nutrition programmes*. Tokio: United Nations University.

Santich, Barbara (1995). *What the doctors ordered: 150 years of dietary advice in Australia.* Melbourne: Hyland House.

Schama, Simon (1996). *Landscape and Memory*. Londres: Fontana Press.

Scrimshaw, Nevin S.; Young, V. R. (1976). «The requirements of human nutrition». *Scientific American,* 235: 50-64.

Scrimshaw, Nevin S. y William H. Dietz (1995). «Potential Advantages and Disadvantages of Human Obesity», en Igor de Garine y Nancy Pollock (eds.). *Social Aspects of Obesity*. Luxemburgo: Oberseas Publishers Asociation, pp. 147-162.

Scrimshaw, Susan C. M. (1978). «Infant Mortality and Behaviour in the Regulation of Family Size». *Population and Development,* 4 (3): 383-387.

Selye, Hans (1956). *The Stress of Life*. Londres: Longmans/Green.

Serville, Yvonne e Igor de Garine (1973) [sin publicar]. «Enquête de consommation et de comportement alimentaire dam les Pyrénées Atlantiques».

Shack, William (1966). *The Gurage, a People of the Ensete Culture*. Londres: Oxford University Press.

Simoons, Frederick J. (1961). *Eat Not This Flesh: Food Avoidance in the Old World*. Madison: University of Wisconsin Press.

Simons, Ronald C. y Charles C. Hughes (eds.) (1985). *The Culture Bound Syndrome*. Nueva York: D. Reidel.

Sims, Ethan Allen; Ralph F. Goldman, Charles M. Gluck, Edward S. Horton, Phillip C. Kelleher y David W. Rowe (1968). «Experimental Obesity in Man». *Transactions of the Association of American Physicians,* 81: 153-70.

Sinnett, Peter F. (1975). *The People of Murapin*. Papúa Nueva Guinea: Institute of Medical Research, colección Monographie Série, 4.

Skrabanek, Petr (1994). «L'alimentation entre enfer et salut», en Claude Fischler (ed.), *Manger Magique: Aliments sorciers, croyances comestibles*. París: Autrement, pp. 169-178.

Smith, Henry Sidney (1969). «Animal domestication and animal cult in Dynastic Egypt», en Peter John Ucko y Geoffrey W. Dimbleby (eds.). *The Domestication and Exploitation of Plants and Animals*. Londres: Duckworth, pp. 307-315.

Speth, John D. (1992). «Préface», en Pierre Lemonnier, *Elements for an Anthropology of Technology: Anthropological Papers.* Ann Arbor, Estados Unidos: Museum of Anthropology-University of Michigan, colección Anthropological Papers, 88, pp. vii-x.

Spiller, Gene A. (1991). «Physiological Effects of Mono-unsaturated Oils», en Gene A. Spiller (ed.), *The Mediterranean Diets in Health and Disease*. Nueva York: Van Nostrand Reinhold, pp. 182-194.

Stahl, Ann Brower (1984). «Hominid dietary selection before fire». *Current Anthropology,* 25 (2): 151-168.

Steiner, J. E. (1977). «Facial expressions of the neonate infant indicating the hedonics of food-related chemical stimuli», en James M. Weiffenbach (ed.), *Taste and Development: the Genesis of Sweet Preference*. Washington: US Government Printing Office.

Steward, Julian Haynes (1949). «The native populations of South America», en Julian Haynes Steward (ed.), *Handbook of the South American Indians.* Washington: US Government Printing Office, colección Bulletin of the Bureau of American Ethnology, 143, pp. 655-669

— (1955). *Theory of culture change*. Urbana: University of Illinois Press.

Stini William A. (1980). «Human Adaptability to Nutritional Stress», en Paul B. Pearson y Richard Greenwell (eds.). *Nutrition, Food and Man*: *An interdisciplinary perspective*. Tucson: University of Arizona Press, pp. 124-139.

— (1981). «Evolutionari aspects of human body composition». *Karger Gazette*, 42, 43: 1-4.

— (1991). «Body composition and longevity». *Medical Anthropology,* 13: 215-229.

Suzuki, Akira (1965). «An ecological study of wild Japanese monkeys in snowy areas focusing on their food habits». *Primates,* 6: 31-72.

— (1975). «The origin of hominid hunting: a primatological perspective», en Russell H. Tuttle (ed.), *Socioecology and Psychology of Primates*. La Haya: Mouton, pp. 259-275.

Tambiah, Stanley Jeyaraja (1969). «Animals are good to think and good to prohibit». *Ethnology,* 8: 423-459.

Teleki, Geza (1973a). *The Predatory Behavior of Wild Chimpanzees*. Lewisburg, Estados Unidos: Bucknell University Press.

— (1973b). «The omnivorous chimpanzee». *Scientific American*, 228 (1): 32-42.

— (1974). «Chimpanzee subsistence technology: materials and skills». *Journal of Human Evolution,* 3: 575-594.

— (1975). «Primate subsistence patterns: collector-predators and gatherer-hunters». *Journal of Human Evolution*, 4: 125-184.

Testart, Alain (1988). «Food storage among hunter-gatherers: more or less security in the way of life?», en Igor de Garine y Geoffrey Ainsworth Harrison (eds.), *Coping with Uncertainty in Food Supply*. Oxford: Clarendon Press, pp. 170-174.

Teti, Vito (1976). *Il pane, la beffa e la festa*. Rimini/Florencia, Italia: Guaraldi.

Thomas, R. Brook; Bruce Winterhalder y Stephen McRae (1979). «An anthropological approach to human ecology and adaptive dynamics». *Yearbook of Physical Anthropology,* 22: 1-46.

Tobias, Phillip V. (2003). «The evolution of early hominids», en Tim Ingold (ed.), *Companion Encyclopedia of Anthropology*. Canada: Routledge, pp. 33-78.

Trémolières, Jean (1973). «Le comportement alimentaire», en Michel Villemont (ed.), *Le Grand livre de la nutrition et de la Diététique,* tomo 2. París: Laffont.

Trémolières, Jean; Yvonne Serville, François Vinit y A. Colson (1952). «Géographie de l'alimentation en France», en Instituto Nacional de la Salud y de la Investigación Médica, *Recueil des Travaux de l'Institut National d'Hygiène: travaux des sections et mémoires originaux*, tomo IV, vol. II. Francia: Masson, pp. 503-506.

Turnbull, Collin. (1961). *The Forest People*. Nueva York: Simon & Schuster.

— (1965). *Wayward Servants: The Two Worlds of the African Pygmies*. Nueva York: Natural History Press.

UNU (1979). «Protein-energy requirements under conditions prevailing in developing countries: current knowledge and research needs». *Food and Nutrition Bulletin*, suplemento 1, julio.

Van Lawick-Goodall, Jane (1968). «The behaviour of free-living chimpanzees in the Gombe Stream Reserve». *Animal Behaviour Monographs,* 1 (3): 161-311.

Vayda, Andrew Peter (ed.) (1969). *Environment and Cultural Behavior*. Nueva York: Natural History Press.

Vértes, László (1975). «The lower Palaeolithic site of Vertesszollos, Hungary», en Rupert Leo Bruce-Milford (ed.), *Recent Archaeological Excavations in Europe*. Londres: Routledge.

Wadden, Thomas A. y Albert J. Stunkard (1988). «Psychopathology and Obesity». *Annals of the New York Academy Press: Human Obesity*, 449: 55-66.

Wagenaar-Brouwer, Martie (1985). «Preliminary findings on the diet and nutritional status of some Tamasheq and Fulani groups in the Niger Delta of Central Mali», en A. G. Hill (ed.), *Population, Health and Nutrition in the Sahel*. Londres: Routledge, pp. 226-253.

Walcher, Dwain; Norman Kretchmer y Henry L. Barnett (1976). *Food, Man and Society*. Nueva York: Plenum Press.

Washburn, Sherwood L. e Irven DeVore (1961). «Social behaviour of baboons and early man», en Sherwood L. Washburn (ed.), *Social Life of Early Man*. Chicago: Aldine.

Waterlow, John Conrad (1985). «Postcript», en Sir Kenneth Blaxter y John Conrad Waterlow (eds.), *Nutritional Adaptation in Man*. Londres: John Libbey, pp. 233-235.

— (1990). «Nutritional Adaptation in Man: General Introduction and Concepts». *American Journal of Clinical Nutrition*, 51: 259-263.

White, Leslie Alvin (1949). *The Science of Culture*. Nueva York: Noonday Press.

Whiting, John (1964). «Effects of climate on certain cultural practices», en Ward Hunt Goodenough (ed.), *Exploration in cultural anthropology*. Nueva York: McGraw Hill, pp. 511-544.

WHO (1980). *Problems related to alcohol consumption*. Ginebra: World Health Organization, colección Technical Report Series, 650.

Widdowson, Elsie M. (1951). «Mental Contentment and Physical Growth». *The Lancet*, 257: 1316-1318.

Will, George F. y George E. Hyde (1917). *Corn Among the Indians of the Upper Missouri*. Lincoln, Estados Unidos: University of Nebraska Press.

Wilson, Christine Shearer (1979). «Food custom and nurture: an annotated bibliography on sociocultural and biocultural aspects of nutrition». *Journal of Nutrition Education,* 11 (4): suplemento 1.

Wilson, Edward O. (1977). *On Human Nature*. Cambridge, Estados Unidos: Harvard University Press.

Winterhalder, Bruce (1977) [tesis doctoral]. «Optimal foraging in a patchy environment: foraging strategy adaptations of the boreal forest Crees. An evaluation of theory and models from evolutionary ecology». Ítaca: Estados Unidos: Cornell University.

— (1996). «Social Foraging and the Behavioural Ecology of Intragroup Resources Transfer». *Evolutionary Anthropology*, 5 (2): 46-57.

Wirsing, Rolf (1985). «The Health of Traditional Societies and the Effects of Acculturation». *Current Anthropology*, 26: 303-322.

Wissler, Clark (1926). *The relation of nature to man in aboriginal America.* Nueva York: Oxford University Press.

Wolf, Stewart (1965). *The Stomach*. Nueva York: Oxford University Press.

World Food Day Report (1992). «The President's Report to the US Congress», 16 de octubre.

Wrangham, Richard W. (1977). «Feeding behaviour of chimpanzees in Gombe National Park, Tanzania», en Tim H. Clutton-Brock (ed.), *Primate Ecology: Studies of Feeding and Ranging Behaviour in Lemurs, Monkeys and Apes*. Londres: Academic Press, pp. 503-538.

Yengoyan, Aram (1972). *Biological and demographic factors in Aboriginal Australian socio-economic organisation*. Australia: East West Center.

Young, Michael W. (1971). *Fighting with Food, Leadership, Values and Social Control in a Massim Society*. Cambridge, Inglaterra: Cambridge University Press.

Yudkin, John (1978). *Diet of Man: Needs and Wants*. Londres: Applied Science Publishers.

Zalduondo, Barbara O. de (1989). «Ecology and Affective Behavior: Selected Results from a Quantitative Study among Efe Foragers of Northeast Zaire». *American journal of Physical Anthropology*, 73: 533-545.

Obras de Igor de Garine

1953. «Remarques sur Cinq Objets en provenance de l'Ile de Pâques», reporte, CFRE.

1955. «L'Intégration sociale dans une communauté rurale, Pierrefite sur Sauldre, Loir et Cher», mimeo, CFRE, 40 p.

1957. «Les Techniques du Corps», «Le Jeu», «Les Sports». En *L'Homme: Race et Mœurs,* Enciclopedia Clartès, París, pp. 4720-4730; 4880-4890; 4890-4900.

1960. «Les Habitudes alimentaires dans la région de Khombole, Sénégal». Documento FAO, 60149-60MR, Roma, 57 p., 4 tabl.

1960. «Le Centre de Santé de Khombole (Aspects socioculturels)». *Journées africaines de Pédiatrie, compte rendu de congrès*, Dakar, pp. 125-126.

1961. «Budgets familiaux et alimentation à Khombole, Sénégal». *Rapport FAO*, Roma-Dakar, 42 p.

1962. «Usages alimentaires dans la Région de Khombole (Sénégal)», *Cahiers d'Etudes Africaines,* Mouton, vol. 10, pp. 218-265.

1963. «Rapport provisioire du séminaire national de Nutrition et de Vulgarisation de la République du Niger». *Annexes FAO/UNICEF*, 65 p.

1963. «Rapport provisioire du séminaire national de Nutrition et de Vulgarisation de la République Fédérale du Cameroun», *FAO/UNICEF,* 92 p.

1964. «Planification et Evaluation des Programmes de Nutrition appliquée en Amérique du Sud (Chili, Paraguay, Brésil)», Documento FAO/60130-64-HR, Roma, 60 p, 4 tablas.

1964. «Le Prestige et les Vaches». En *VI Congrès international des Sciences Anthropologiques et Ethnologiques,* tomo II, París, 1960, pp. 191-196.

1964. *Les Massa du Cameroun: vie économique et sociale*. París, Presses Universitaires de France, 250 p.

1966. «An Introduction to Social and Cultural Factors in Nutrition». Reporte, *Séminaire sur les Problèmes de Nutrition dans les Pays en Voie de Développement*, II, organizado por la Deutsche Stiftung für Entwicklungsländer, Berlín/Giessen, 26 p.

1967. «Aspects socioculturels des Comportements alimentaires: Essai de classification des interdits alimentaires». *Maroc Médical*, 508 (diciembre), pp. 764-773.

1967. «The Republic of Chad». En *World Book Encyclopedia*. Chicago, Field Enterprises, pp. 3.

1968. Entradas en el *Dictionnaire des Civilisations africaines*: «Populations du Nord Cameroun et du Tchad: Kirdi», pp. 232-234; «Massa», pp.269-271; «Moussey», pp. 284-285; «Techniques du Corps: Mobilier», pp. 277-280; «Postures», pp. 340-341; «Ethnobotanique, Ethnozoologie, l'Alimentation: Alimentation», pp. 13-16; «Arachide», p. 25; «Bovins», pp. 76-80; «Buffle», pp. 83-84; «Chèvre», pp. 95; «Faim», pp.161-163; «Faune», pp. 167-171; «Fruits», pp. 182-183; «Légumes», pp. 247-248; «Manioc», pp. 260-261; «Mil», pp. 275-276; «Oiseaux», pp. 299-302; «Pièges», pp. 330-332; «Pluie», pp. 334; «Poule», pp. 344; «Repas», pp. 357-358; «Riz», pp. 360-361; «Savane», pp. 375-377; «Sein», pp. 385-386; «Viande», pp. 430; «Soit», pp. 60. París, Hazan.

1968. «Au Tchad chez les Moussey». En *Atlas*, 26, septiembre, pp. 60-67, foto.

1968. «Aspects de la Possession chez les Moussey (Tchad, Cameroun)». Conferencia, «Colloque du CNRS sur les Cultes de Possession», París, octubre, 12 p.

1969. «Urbanisation et Alimentation». *Bulletin de Nutrition de la FAO,* Roma, 7, 1, pp. 1-21.

1969. «Incidence du Phénomène d'Urbanisation sur la Consommation alimentaire». En *Plan indicatif provisoire de la FAO pour le développement de l'Agriculture*, Roma, FAO, 2, 13, parágrafos 141-175.

1969. «Sociocultural aspects of food behaviour: an essay on classification of food prohibitions (Food and Nutrition in Africa)». *The Food and Nutrition Bulletin of the joint FAO/WHO regional Food and Nutrition Commission for Africa*, CAU/STRC, 7, pp. 3-20.

1969. «Pour une anthropologie de l'alimentation», *L'Homme*, IX, 4, pp. 125-126.

1970. «The social and cultural background of food habits». FAO *Nutrition Newsletter*, enero-marzo, pp. 9-22.

1970. «Les Aspects socioculturels de la transformation industrielle des Mils au Niger». Reporte FAO, Roma, 30 p.

1970. «Food and nutrition in urban areas». Conferencia, «Réunion de l'OMS sur les conséquences sanitaires de l'urbanisation». DOC/OMS/RECS/BHS/706, Ginebra, 22 p.

1970. «The social and cultural background of food habits in developing countries (traditional societies)». Conferencia, VIII «Symposium de la Fondation suédoise de Nutrition», en G. Blix (ed.), *Food Cultism and Nutrition Quackery*. Upsala, Almqvist & Wiksell, pp. 34-36.

1971. «Nutrition: Culture et Développement». *Cérès*, FAO, Roma, 4,1, pp. 46-51.

1971. «Anthropologie appliquée et programmes de développement». *Développement et Civilisations*, París, 45/46, pp. 107-116.

1972. «The Sociocultural Aspects of Nutrition». *Ecology of Food and Nutrition*, Nueva York/Londres/París, Gordon and Breach, vol. 1 núm. 2, marzo, pp. 143-164.

1972. «Catalogue des Ouvrages du Centre de Documentation», , mimeo, París, Comité International pour L'Anthropologie de l'Alimentation, Muséum National d'Histoire Naturelle, 40 p.

1973. «Traditions et Cultures au Mayo Kebbi (Tchad)». En *L'Homme, Hier et Aujourd'hui: Recueil d'Etudes en Hommage à André Leroi-Gourhan*, París, Cujas, pp. 421-433.

1974. «Tabous, Aliments et Société». En *Santé du Monde*, Ginebra, OMS, febrero-marzo, pp. 44-49.

1974. «Nutrition, social anthropology and Western crisis». Conferencia, «IV Comité de l'Union International des Sciences de la Nutrition», Nueva Delhi, marzo, 12 p.

1975. «Changing Food Habits?» En *Proceedings IX Int. Congr. Nutr., Mexico 1972*, vol. 4, Basilea, Karger, pp. 239-247.

1975. «Contribution à l'Ethnozoologie du Cheval chez les Moussey (Tchad et Cameroun)». En *L'Homme et l'Animal*, París, 1 Colloque d'Ethnozoologie, Institute International d'Ethnoscience, p. 505-520.

1975. «Mortalité féminine et organisation des repas». *Les Enfants du Monde*, Comité français de l'UNICEF, núm. 36, pp. 4-5.

1975. «Analyse structurelle des sociétés de plaine du Nord Cameroun et du Tchad». Conferencia, en «Séminaire de Planification FAO, Tanger», documento FAO/ESP/817/F29, 37 p.

1975. «Compte rendu du livre de T. Lewicki, West African Food in the Middle Ages according to Arabic sources». *L'Homme*, vol. XV, núm. 2.

1976. «Alimentation et Culture». *Cahiers pédagogiques* (Santé-Nutrition), Université de Paris I, IEDES Recherche, 124 p.

1976. «Le Comportement alimentaire dans les pays non-industrialisés». *Annales de Nutrition et d'Alimentation*, 30, pp. 107-120.

1976. «Food, Tradition and Prestige». En D. N. Walcher, N. Kretchmer y H. L. Barnett (eds.), *Food, Man and Society*, Nueva York/Londres, Plenum Press, pp. 150-171.

1976. «Contribution à l'Ethnologie du Chien dans le Nord Cameroun et le Sud-Ouest du Tchad». *Actes du Colloque d'Ethnosciences*, París, 26 p.

1978. «Population, production and culture in the plains societies of Northern Cameroon and Chad: The anthropologist in development projects». *Current Anthropology,* vol. 19, núm. 1, pp. 42-57.

1978. «Variability and Constancy of Feeding Behaviour in Man». En D. J. Chivers y J. Herbert (eds.), *Recent Advances in Primatology*, Londres/Nueva York/San Francisco, Academic Press, pp. 415-430.

1979. «Culture et Nutrition (Alimentation et Adaptation)». *Communications,* 31, pp. 70-92.

1979. «A propos d'Education Nutritionnelle». *Les Enfants du Monde*, Comité français pour l'UNICEF, núm. 53, pp. 6-8.

1979. «A New Commission, What for?: Analyse critique». Conferencia, en «Séminaire sur l'Anthropologie de l'Alimentation organisé par la Wenner-Gren Foundation», agosto, castillo Wartenstein.

1979. «Anthropology of Food». *Social Science Information*, Londres/Beverly Hills, Sage, pp. 895-901.

1980. «Greniers à mil dans l'arrondissement de Thiénaba, Région de Thiès (Sénégal)». En M. Gast y M. Sigaut (eds.), *Les techniques de conservation des grains à long terme*, París, CNRS, pp. 85-95.

1980. «Approaches to the Study of Food and Prestige in Savanna Tribes: Massa and Mussey of Northern Cameroon and Chad». *Social Science Information*, Londres/Beverly Hills/Nueva Delhi, Sage, vol. 19, núm. 1, pp. 39-78.

1980. «Evolution contemporaine des Croyances et Interdits alimentaires en Afrique». *Présence Africaine*, núm. 113, pp. 127-146.

1980. «Les Etrangers, la Vengeance et les Parents chez les Massa et les Moussey (Tchad t Cameroun)» En R. Verdier (ed.), *La Vengeance: Etudes d'Ethnologie, d'Histoire et de Philosophie,* vol. 1, París, Cujas, pp. 91-124.

1980. «Anthropological Perspectives in Nutritional and Health Programmes in Nutrition and Food Science: Present Knowledge of utilization». En *Nutrition Education, Food Science and Technology*, vol. 2, Nueva York/Londres/Washington/Boston, pp. 573-591.

1980. «Pour une Anthropologie alimentaire des Français». *Ethnologie Française*, tomo X, núm. 3, pp. 227-238.

1981. «Contribution à l'Histoire du Mayo Danaye (Massa, Toupouri, Moussey et Mousgoum)». En C. Tardits (ed.), *Contribution de la Recherche Ethnologique à l'Histoire des Civilisations du Cameroun*, París, CNRS, pp. 171-186.

1981. «Ethnologie alimentaire des Marquises». Reporte DGRST/ACA 6501813, mimeo, 60 p.

1981. «Les étrangers, la vengeance et la parenté chez les Massa et les Moussey (Tchad et Cameroun)». En R. Verdier (ed.), *La Vengeance*, París, Cujas, pp. 91-124.

1982. «On Sociological Factors in Infant and Child Feeding», *The Baroda Journal of Nutrition*, vol. 9, pp. 211.

1983. «Alimentation and Culture N° 2», *Cahiers pédagogiques* (Santé Nutrition), Université de Paris I, IEDES Recherches, 61 p.

1983. «Anthropologie de l'Alimentation». En A. Retel-Laurentin (ed.), *Une Anthropologie médicale en France*, París, CNRS, pp. 79-86.

1983. «De la Collaboration entre les Sciences de l'Homme et les Sciences de la Vie dans le domaine de l'Alimentation». Conferencia, «Table Ronde du CNRS sur les Ethnosciences, Valbonne», CNRS, 40 p.

1983. «Overweight in a Multicultural Perspective». Introducción general al XI «Symposium sur Embonpoint, Obésité et Culture», CISAE, Victoria, 16 p.

1984. «De la perception de la malnutrition dans les sociétés traditionnelles». *Social Science Information*, Londres/Beverly Hills/Nueva Delhi, Sage, vol. 23, núm. 4/5, pp. 731-754.

1984. «Une Institution traditionnelle à caractère nutritionnel: le Guru ou Cure de Lait à Caractère prestigieux des Massa du Cameroun», *Journées du GERM*, septiembre, resumen núm. 08, París.

1986. «Aspects de la Possession chez les Moussey». *Transe, Chamanisme, Possession*, Niza, Serre/Nice Animation, pp. 201-212.

1986. «Salmé, Ethnologie et Démographie d'un Village Tamang», con G. Toffin, F. Meyer y C. Jest. En *Les Collines du Népal Central: Ecosystème, structures sociales et systèmes agraires*, tomo II, París, INRA, p.55-119.

1986. «Individual consumption of the Galwa people in urban and rural areas of Gabon», con C. Yaya y F. Bleiberg. En *Les Malnutritions dans les pays du Tiers-Monde*, París, INSERM, pp. 513-522.

1987. «Alimentation et Cultures». Introducción al número especial sobre alimentación y ciencias sociales de *Le Courrier de l'UNESCO*, mayo, pp. 4-7.

1987. «Sciences humaines et Alimentation: Tendances actuelles de la recherche europeenne», con C. Fischler. En *Séminaire International CEESTEM/UNESCO, Mexico, on Food Deficiency Studies and Perspectives*, Bangkok, UNESCO Regional Office for Asia, pp. 52-67.

1987. «Massa et Moussey: la Question de l'Embonpoint», *Autrement: Fatale Beauté*, núm. 91, pp. 104-115.

1987. «L'Alimentation végétale (Plantes cultivées et sauvages) en Afrique Noire». *Europe/Outremer*, núm. 683-685, pp. 18-19.

1987. «De la Perception de la Malnutrition dans les Sociétés traditionnelles». En A. R. Laurentin (ed.), *Etiologie et Perception de la Maladie dans les Sociétés modernes traditionnelles*, París, L'Harmattan, pp. 383-404.

1988. «Anthropologie de l'Alimentation et Pluridisciplinarité», *Bulletin d'Ecologie Humaine*, Aix-en-Provence, vol. VI, núm. 2, pp. 21-40.

1988. «Antropologia de la Alimentacion y Pluridisciplinariedad». *America Indigena,* 3, vol. 48, pp. 634-650.

1989. «Organisation des repas, valeur attribuée aux aliments et structures socio-économiques». En C. M. Hladik, S. Bahuchet e Igor de Garine, *Se nourrir en forêt équatoriale*, París, CNRS/UNESCO/MAB, 96 p.

1988. *Coping with Uncertainty in Food Supply*, con G. A. Harrison (eds.). Oxford, Clarendon Press, 483 p.

1988. «Preface » y «Discussion and Conclusions», con G. A. Harrison. En *Coping with Uncertainty in Food Supply*, en Igor de Garine y G. A. Harrison (eds.). Oxford, Clarendon Press, pp. V-IX y 469-475.

1988. «Coping with Seasonal Fluctuations in Food Supply among Savanna Populations: The Massa and Mussey of Chad and Cameroon, con G. J. A. Koppert.

En Igor de Garine y G. A. Harrison (eds.), *Coping with Uncertainty in Food Supply*, Oxford, Clarendon Press, pp. 210-260.

1989. «Nurition and Anthropology: a Pluridisciplinary Issue in African Seasonality». En K. W. Young *et al.* (eds.), *Proceedings of the XIV International Congress on Nutrition*, 20-25 agosto, Seúl, Corea, 14th ICN Organizing Committee, pp. 707-725, .

1989. «Subsister en Savane» y «L'Alimentation des Massa». *L'Univers du Vivant*, núm. 29, pp. 16-27 y pp. 67-75.

1989. «Disappearance of negative alliesthesia after a massive overfeeding session», con P. Pasquet, D. Bard, G. Koppert y M. Apfelbaum. *Appetite*, núm. 12, pp. 230.

1989. *Se nourrir en forêt équatoriale,* con C. M. Hladik y S. Bahuchet. París, CNRS/UNESCO/MAB, 96 p.

1989 «Le Sucre et le Sel». Editorial de una edición especial de *Journal d'Agriculture traditionnelle et de Botanique appliquée*, vol. XXXV, pp. 5-14.

1989. «Les conceptions nutritionnelles: interdits, prescriptions et perception des aliments», con C. M. Hladik. En C. M. Hladik, S. Bahuchet e Igor de Garine (eds.), *Se nourrir en forêt équatoriale*, París, CNRS/UNESCO/MAB.

1989. «Faim saisonnière et faim de viande», con H. Pagezy. En C. M. Hladik, S. Bahuchet e Igor de Garine (eds.), *Se nourrir en forêt équatoriale*, París, CNRS/UNESCO/MAB.

1990. «Les modes alimentaires: Histoire de l'Alimentation et des Manières de Table». En J. Poirier (ed.), *Histoire des Mœurs,* tomo 1, *Les coordonnées de l'Homme et la Culture matérielle. Encyclopédie de la Pléïade*, París, Gallimard, pp. 1447-1627.

1990. «Adaptation biologique et Bien-être psychoculturel». *Bulletin et Mémoires de la Société d'Anthropologie de Paris*, tomo 2, núm. 2, pp. 151-174.

1990. «Introduction» y «Facteurs socio-culturels et saisonnalité dans l'alimentation: l'exemple de deux populations du Tchad et du Cameroun (Massa-Moussey)». En Igor de Garine (ed.), *Les Changements dans la Politique et les Habitudes alimentaires en Afrique,* UNESCO/CISS/CIPSA/CIUS/Publisud, pp. 15-53, 85-115.

1990. *Food and nutrition in the African rain forest, con C. M.* Hladik y S. Bahuchet. París, CNRS/UNESCO/MAB, 96 p.

1990. «Nutritional concepts: perception, food prohibitions and prescriptions», con C. M. HLADIK. En C. M. Hladik, S. Bahuchet e Igor de Garine, (eds.), *Food and nutrition in the African rain forest*, París, CNRS/UNESCO/MAB.

1990. «Social Adaptation to Season and Uncertainty in Food Supply», con G. Koppert. En G. A. Harrison y J. C. Waterlow (eds.), *Diet and Disease in Traditional and Developing Countries*, Cambridge, Inglaterra, Cambridge University Press, pp. 240-289.

1990. «Abstract: Adaptation de la dépense énergétique à la sur-alimentation extrême chez l'Homme», con P. Pasquet, D. Bard, A. Froment y M. Apfelbaum. *Cahiers de Nutrition et de Diététique*, 25, pp. 214a.

1991. «Introduction» et «Facteurs socio-culturels et saisonnalité dans l'alimentation: l'exemple de deux populations du Tchad et du Cameroun (Massa-Moussey)». En Igor de Garine (ed.), *Les Changements dans la Politique et les Habitudes alimentaires en Afrique*, París, UNESCO/CISS/CIPSA/CIUS/Publisud.

1991. «*Guru:* Fattening Sessions among the Massa», con G. J. A. Koppert. *Ecology of Food and Nutrition*, vol. 25-1, pp. 1-28.

1991. «Ecological Success in Perspective». *Journal of Human Ecology*: *Ecological Success and its Measurement*, Delhi, Kamla-Ray Entreprise, volumen especial núm. 1, pp. 55-72.

1991. «Les interdits alimentaires d'origines sociale et religieuse». *La Revue du Praticien,* núm. 11, pp. 973-977.

1991. «Seasonal Food Shortage, Famine and Socio-Economic Change among the Massa and Mussey of Northern Cameroon». En H. B. Bohle, T. Cannon, G. Hugo, F. N. Ibrahim (eds.), *Famine and Food Security in Africa and Asia, Indigenous Response and external intervention to avoid hunger*, Universidad de Bayreuth, pp. 83-99, colección Bayreuther Geowissenschaftliche Arbeiten, 15.

1992. «Massive overfeeding *(Guru walla)* and energy balance in men: The *Guru walla* model», con P. Pasquet, L. Brigant, D. Bard, A. Froment, G. Koppert y M. Apfelbaum. *American Journal of Clinical Nutrition*, 56, pp. 483-490.

1992. «Wild yams revisited: Is independence from agriculture possible for rain forest hunter/gatherers?», con S. Bahuchet y D. McKey. *Human Ecology,* vol. 19, núm. 2, pp. 199.

1992. «Alimentation et identité en Afrique Noire, réunion internationale». *Cavoli a Merenda*, Italia, Universidad y municipio de Milán, 7-8 mayo.

1992. «La dieta mediterranea en el conjunto de los sistemas alimentarios». En I. González Turmo y P. Romero de Solís (eds.), *Antropología de la alimentación: Ensayo sobre la dieta mediterranea*, Sevilla, España, Consejería de Cultura y Medio Ambiente, Junta de Andalucía, pp. 9-27.

1992. «Alimentacion y autenticidad cultural». En *Alimentacion y Cultura en Andalucía*: *Revista de Cultura tradicional*, 2a epoca, Sevilla, Fundación Machado, núm. 9, pp. 13-23.

1993. «Coping strategies in case of hunger of the most vulnerable groups among the Massa and Mussey of Northern Cameroon». *Geo Journal,* Dordrecht/Boston/Londres, Kluwer Academic Publishers, vol. 30, núm. 2, pp. 159-166.

1993. «Projet écologie et attitudes vis-à-vis de la Biosphère des Populations vivant au contact de la Grande Faune: Mission de reconnaissance au nord Cameroun 3 mai-23 juin 1993». Mimeo, UNESCO.

1993. «Contribution of wild food resources to the solution of food crises». En H. G. Bohle, T. E. Downing, J. O. Field y F. N. Ibrahim (eds.), *Coping with Vulnerability and Criticality. Case Studies on Food-Insecure Groups and Regions*, Sarrebruck, Alemania, Breitenbach, pp. 339-359.

1993. «Food resources and preferences in the Cameroonian Forest». En C. M. Hladik, H. Pagezy, O. F. Linares, A. Hladik, A. Semple y M. Hadley (eds.), *Tropical Forests, People and Food: Biocultural interactions and applications to development*, Carnforth, Reino Unido/Park Ridge, Estados Unidos, UNESCO/Paris and Parthenon, cap. 46, colección Man and the Biosphere, 13.

1993. «Food choice and cultural factors: background», con S. Hugh-Jones y A. Prinz. En C. M. Hladik, H. Pagezy, O. F. Linares, A. Hladik, A. Semple y M. Hadley (eds.), *Tropical Forests, People and Food: Biocultural interactions and applications to development*, Carnforth, Reino Unido/Park Ridge, Estados Unidos, UNESCO/Paris and Parthenon, cap. 44, colección Man and the Biosphere, 13.

1993. «Culture, Seasons and Stress in Two Traditional African Cultures». En S. J. Ulijaszek y S. S. Strickland (eds.), *Seasonality and Human Ecology*, Cambridge, Inglaterra/Nueva York/Melbourne, Australia, Cambridge University Press, pp. 184-201.

1994. «The Diet and Nutrition of Human Populations». En T. Ingold (ed.), *Companion Encyclopedia of Anthropology: Humanity, Culture and Social Life*, Londres, Routledge, pp. 226-266.

1995. *Social Aspects of Fatness and Obesity,* con N. J. Pollock (eds.). Amsterdam, Gordon and Breach.

1995. «Préface». En Igor de Garine y N. J. Pollock (eds.), *Social Aspects of Fatness and Obesity*, Amsterdam, Gordon and Breach, pp. VIII-XI.

1995. «Cultural aspects of the male fattening sessions among the Massa of Northern Cameroon». En Igor de Garine y N. J. Pollock (eds.), *Social Aspects of Fatness and Obesity*, Amsterdam, Gordon and Breach, pp. 45-71.

1995. «Food and the Status Quest in Five African Cultures». En P. Wiessner y W. Schiefenhoevel (eds.), *Food and the Status Quest*, Oxford, Berghahn, pp. 193-218.

1995. «Antropología de la alimentación y de la nutrición», con L. A. Vargas. *Antropológicas: Revista de difusión del instituto de investigaciones antropológicas*, México, UNAM, 15 p.

1996. «Pensée magique et alimentation au Cameroun contemporain». *Cahiers de l'ORCHA*, núm. 5, pp. 36-44.

1996. «Contribution de l'Anthropologie culturelle aux Enquêtes pluri-disciplinaires sur l'Alimentation». En A. Froment, I. de Garine, Ch. Bikoy y J. F. Loung (eds.), *Bien Manger et Bien Vivre: Anthropologie alimentaire et développement en Afrique intertropicale: du biologique au social*, París, L'Harmattan.

1996. «Aspects psychoculturels de l'alimentation. Motivations des choix: Interdits et Préférences». En A. Froment, I. de Garine, Ch. Bikoy y J. F. Loung (eds.), *Bien Manger et Bien Vivre: Anthropologie alimentaire et développement en Afrique intertropicale: du biologique au social*, París, L'Harmattan, pp. 345-364.

1996. «Préférences alimentaires et ressources dans la forêt camerounaise». En C. M. Hladik, G. A. Koppert, A. Froment, H. Pagezy, O. F. Linares, A. Hladik (eds.), *L'Alimentation en Forêt tropicale: Interactions bioculturelles et Perspectives de Développement*, tomo II, París, UNESCO/MAB, pp. 857-874.

1996. «Facteurs culturels dans le choix des aliments: aspects généraux», con S. Hugh-Jones y A. Prinz. En C. M. Hladik, G. A. Koppert, A. Froment, H. Pagezy, O. F. Linares, A. Hladik (eds.), *L'Alimentation en Forêt tropicale: Interactions bioculturelles et Perspectives de Développement*, tomo II, París, UNESCO/MAB, pp. 805-816.

1996. «Alimentation méditerranéenne et réalité». En I. Gonzalez-Turmo y P. Romero de Solís (eds.), *La dieta mediterranea en el conjunto de los sistemas alimenta-*

rios. Antropología de la Alimentación: Nuevos Ensayos sobre la dieta mediterranea, Sevilla, Universidad de Sevilla, pp. 83-102.

1996. «Introduction». En A. C. Bataille-Benguigui y F. Cousin (eds.), *Cuisines, Reflets des Sociétés*, París, Sépia/Musée de l'Homme, pp. 9-28.

1996. «Il sistema mediterraneo». En V. Teti (ed.), *Mangiare Meridiano: Le culture alimentari de Calabria e Basilicata*, Cosenza, Carical, pp. 25-44.

1996. «Savoir nutritionnel chez les Massa du Cameroun». En E. Schroeder, G. Balansard, C. Cabalion, J. Fleurentin, G. Mazars (eds.), *Médicaments et Aliments: Approche Ethnopharmacologique*, París, ORSTOM, 63-68.

1997. «Anthropologie de l'Alimentation». En C. E. Gottschalk-Batschkus, A. Prinz, W. Schiefenhövel y J. E. Schuler (eds.), *Natura med: Verlagsgesellschaft,* Neckarsulm.

1997. «Food preferences and taste in an African Perspective: A word of caution». En H. Macbeth (ed.), *Food Preference and Taste: Continuity and Change,* Providence/Oxford, Berghahn, pp. 187-207.

1998. «Views about food and culture in our contemporary world». En M. Cresta and V. Teti (eds.), *The Road of Food Habits in the Mediterranean Area. Rivista di Antropologia,* suplemento al volumen 76, Roma, Istituto Italiano di Antropologia, pp. 255-270.

1998. «¿Y el pan de cada día?» En Ricardo Ávila, D. Fournier y M. T. Ruiz (eds.), *Estudios del Hombre: Ensayos sobre alimentacion y culinaria*, núm. 7, México, Universidad de Guadalajara, pp. 23-29.

1998. «Prólogo». En A. Barusi, F. Xavier Medina y G. Colesanti (eds.), *El color en la alimentacion mediterranea: Elementos sensoriales y culturales de la nutricion*, Barcelona, Institut Català de la Mediterrània d'Estudis i Cooperació, pp. 11-17.

1998. «Prefazione». En A. Barusi, F. Xavier Medina y G. Colesanti (eds.), *Il colore nell'alimentazione mediterranea: Elementi sensoriali e culturali della nutrizione*, Bolonia, Italia, departamento de agricultura de Bolonia/Región Emilia-Romagna, pp. 11-17.

1998. «Antropología de la alimentación: entre Naturaleza y Cultura». En *Alimentacion y cultura. Actas del Congreso Internacional, 1998, España, Museo Nacional de Antropología*, vol. 1, España, La Val de Onsera, pp. 13-34.

1998. «Traditional attitudes towards the fauna: A case study of Cameroon». En Nils Christoffersen, Bruce Campbell y Rohan du Toit (eds.), *Communities and*

Sustainable Use: Pan-African perspectives. Proceedings of the PanAfrican symposium on the Sustainable Use of Natural Resources and Community Participation, Harare, Zimbabwe, June 1996. IUCN/Harare, pp. 81-89.

1999. «Providing Impala Meat (Aepyceros melampus) to Local Communities in Nyaminyami (Omay, Zimbabwe): Nutritional and Sociocultural Aspects of Man/Wildlife Interactions», con M. de Garine-Wichatitsky. *Bois et Forêts des Tropiques*, CIRAD, vol. 262, núm. 4, pp. 61-76.

1999. Prólogo a V. Téti, *Il Colore del Cibo*. Roma, Meltemi, pp. 7.

1999. «Gastronomie et Diététique chez les Masa et les Muzey du Cameroun». En A. Guerci (ed.), *Il Cibo Culturale: dal cibo alla cultura, dalla cultura al cibo*, Génova, Erga, pp. 27-36.

1999. «L'ethnologie du chien dans le nord du Cameroun et le sud-ouest du Tchad, (Masa, Muzey)» contribución. En C. Baroin y J. Boutrais (eds.), *L'homme et l'animal dans le bassin du lac Tchad*, París, IRD, pp. 321-348.

2000. «Loin des mythes. Anthropologie du rapport à la faune». En D. Compagnon y F. Constantin (eds.), *Administrer l'environnement en Afrique: Gestion communautaire, conservation et développement durable*, París/Nairobi, Karthala/IFRA, pp. 136-154.

2000. «Protection des Animaux, un risque alimentaire». *Courrier de la Planète*, núm. 60, VI, pp. 41-43.

2000. «Se Nourrir en Forêt». En S. Bahuchet (ed.), *Les Peuples des Forêts Tropicales Aujourd'hui. Vol. II, Une approche thématique*. Bruselas, CEE Ctc Folon, Programme Avenir des Peuples des Forêts Tropicales, pp. 157-176.

2000. «Consumerism and the Anthropologist». En *Revista d'Ethnologia de Catalunya,* núm 17, noviembre, pp. 8-15.

2000. «Alimentation et Temporalité». En N. Stauble-Tercier y B. Sottas (eds.), *La Sécurité Alimentaire en Questions: Dilemmes, Constats et Controverses,* Karthala, pp. 101-113.

2001. «Temas alimentarios en la expresión verbal de los masa y muzei del norte de Camerún y Chad». En A. Garrido Aranda (ed.), *Comer Cultura: Nuevos estudios de cultura alimentaria*, Córdoba, Servicio de Publicaciones de la Universidad, pp. 57-74.

2001. *Drinking: Anthropological Approaches*, con Valerie de Garine (eds.), Oxford/Providence, Estados Unidos, Berghahn.

2001. «For a Pluridisciplinary Approach to Drinking: An Introduction». En Igor de Garine y Valerie de Garine (eds.), *Drinking: Anthropological Approaches*, Oxford/Providence, Estados Unidos, Berghahn, pp. 1-10.

2001. «Drinking in Northern Cameroon among the Masa and Muzey». En Igor de Garine y Valerie de Garine (eds.), *Drinking: Anthropological Approaches*, Oxford/Providence, Estados Unidos, Berghahn, pp. 51-65.

2001. «Views about food prejudice and stereotypes». *Information sur les Sciences Sociales,* Londres, Sage, vol. 40 núm. 3, pp. 487-507.

2002. «Antropologia de l'Alimentacion et Autenticidad cultural». En M. Gracia Arnaiz (coord.), *Somos lo que comemos: Estudios de alimentación y cultura en España*, Barcelona, Ariel, pp. 9-13.

2002. «Les modes alimentaires: Histoire de l'Alimentation et des Manières de Table». En J. Poirier (ed.), *Histoire des Moeurs,* tomo 1, vol. 2, París, Gallimard, pp. 1447-1627, colección Folio Histoire.

2002. «Etude des aspects socioculturels de la chasse en Nouvelle Calédonie». Mimeo, Païta, Nueva Caledonia, Institut Agronomique Néo-Calédonien/CIRAD, Programme élevage et faune sauvage 4/2002.

2003. «Staples». En Solomon H. Katz (ed.), *Encyclopedia of Food and Culture*, vol. 3, Nueva York, Scribners, pp. 335-339.

2003. «Aspetti ecologici e simbolici dell'acqua tra le populazioni del nord del Camerun». En Vito Teti (ed.), *Storia dell'Acqua: Mondi materiali e universi simbolici*, Roma, Donzelli, pp. 357-371.

2003. «Predation and Conservation: Case studies from three countries, Zimbabwe, Cameroon and New Caledonia», con M. de Garine-Wichatitsky. En E. Dounias, Igor de Garine y Valerie de Garine (eds.), *Anthropology, Nutrition and Wildlife Conservation*: *Acts XV° ICAES*, Florencia, ICAES.

2004. «Anthropology of Food and Pluridisciplinarity». En H. Macbeth y J. MacClancy (eds.), *Researching Food Habits: Methods and Problems*, Oxford/Providence, Estados Unidos, Berghahn.

2004. «The Trouble with Meat: an ambiguous food». En Annie Hubert and Ricardo Ávila (eds.), *Estudios del Hombre: Man and Meat*, Guadalajara, Universidad de Guadalajara, núm 19, pp. 33-54.

2004. «Meat: Between ritual and gastronomy». En Annie Hubert and Ricardo Ávila (eds.), *Estudios del Hombre: Man and Meat*, Guadalajara, Universidad de Guadalajara, núm 19, pp. 73-90.

2004. «Condimentos, sabores y cultura en África Central». En A. Garrido (ed.), *El Sabor del Sabor: Hierbas aromáticas, condimentos y especias*, Córdoba, Universidad de Córdoba: 29-45.

2005. «Nourriture de brousse chez les Muzey et les Masa du Nord Cameroun». En C. Raimond, E. Garine y O. Langlois (eds.), *Ressources vivrières et choix alimentaires dans le Bassin du lac Tchad*, París, IRD, pp. 47-62, colección Colloques et séminaires».

2005. «Dakar and Douala, Two African Ports in Different Environments», con J. M. Essomba y B. Ndaye. En Ricardo Ávila (ed.), *Acts of the XXII° ICAF International Congress: La Comida de los Puertos en el Mundo*. Veracruz, Mexico, Estudios de L'Hombre/Universidad de Guadalajara.

2007. «Social Sciences and Malnutrition». Conferencia de apertura del I «Congrès de Nutrition et Santé Publique, Barcelone, septembre 2006», *Food and Nutrition Bulletin*, Boston, vol. 28, núm. 2, junio, pp. 245-247.

2007. «A propos de l'Alimentation en Milieu montagnard». En G. Boetsch y A. Hubert (eds.), *L'Alimentation en Montagne*, Gap, Francia, Editions des Hautes Alpes, pp. 313-317.

2007. «Les relations symboliques entre les animaux et les hommes chez les Masa et les Muzey (Nord du Cameroun et Sud-Ouest du Tchad)». En E. Dounias, E. Motte-Florac y M. Dunham (eds.), *Le symbolisme des animaux: L'animal, clef de voûte de la relation entre l'homme et la nature ? / Animal symbolism: Animals, keystone in the relationship between Man and Nature?*, París, IRD, pp. 599-620, colección Colloques et Séminaires.

2007. «Les relations symboliques entre les animaux et les hommes chez les Masa et les Muzey (Nord du Cameroun et Sud-Ouest du Tchad)». En Dounias E., Motte-Florac E. y Dunham M. (eds.), *Le symbolisme des animaux. L'animal, clef de voûte de la relation entre l'homme et la nature ? / Animal symbolism. Animals, keystone in the relationship between Man and Nature?*, París, IRD, pp. 599-620, colección Colloques et Séminaires.

2007. «Remerciement de M. Igor de Garine: A propos d'Ethnologie». *Annales 2005: Académie de Béarn*, Biarritz, Francia, Atlantica, pp. 45-59.

2009. «Hunger and Gluttony among the Masa and Musey of Northern Cameroon». En Xavier Medina, Ricardo Ávila, I. de Garine (eds.), *Estudios del Hombre: Food, Imaginaries and Cultural Frontiers. Essays in Honour of Helen Macbeth*, Guadalajara, Universidad de Guadalajara, núm. 24, pp. 37-45.

2009. «Nutrition and the Anthropology of Food», con Helen Macbeth, Ricardo Ávila, Frederic Duhart, Valerie de Garine, Isabel González Turmo, Claude Marcel Hladik, Annie Hubert, F. Xavier Medina, Ellen Messer, Patrick Pasquet, Wulf Schiefenhővel, Carmen Strungaru. En *Anthropology Now, Essays by the Scientific Commissions of the* IUAES *and History of the* IUAES, Peter J. M. Nas y Zhang Jijiao (eds.), China, Intellectual Property Rights Publishing House, pp. 117-148.

2009. «Migrations et traditions orales au Mayo Kebbi, Tchad». *Migrations et mobilité dans le bassin du lac Tchad*, Marsella, Francia, Henry Tourneux/Noé Woin/IRD, pp. 519-535.

2010. «L'Anthropologie de l'Alimentation comme Outil de Connaissance». En *Matières, Manières et Sociétés: Hommage à Hélène Balfet*, Aix-en-Provence, Francia, Université de Provence, pp. 195-206.

2010. «Style de vie moderne et vie quotidienne en milieu rural africain (Masa, Musey)». *Horizontes antropológicos: Antropologia e estilos de vida*, Porto Alegre, Brasil, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, año 16, núm. 33, enero/junio.

2011. «Food and Love among the Masa». En Ricardo Ávila (ed.), *Estudios del Hombre: Anthropology in a Feminine Key. Essays and Thoughts in Honour of Annie Hubert*, Guadalajara, Universidad de Guadalajara, pp. 177-188.

2011. «Beer, ritual and conviviality in Northern Cameroon». En W. Schiefenhövel y Helen Macbeth (eds.), *Liquid Bread: Brewing in Cross-Cultural Perspective*, Nueva York/Oxford, Berghahn, pp. 133-146.

2012. «Biodiversité et Diversité culturelle». En J. P. Poulain, *Dictionnaire des cultures alimentaires*, Francia, Presses Universitaires de France, pp. 179-185.

2013. «Fishing and its symbolic aspects among the Masa and Musey». *Fish and Seafood: Anthropological Perspectives from the Past and the Present.* XXVIII ICAF *Proceedings, Kamilari 2009*, Heraclión, Mystis, pp. 237-246.

Internet

Sorti en ligne Participation à la réunion « Ressources vivrières et choix alimentaires dans le bassin du lac Tchad ». Colloque. MegaTchad, 20-22 novembre 2002, Université de Nanterre, París X.

A propos de l'Anthropologie de l'Alimentation. Texte d'introduction de la revue Web *Anthropology of Food (AOF).*

Vieillir aujourd'hui dans les sociétés africaines: le cas du Cameroun. Annales de la Conférence Internationale d'Anthropologie et d'histoire de la Santé et des Maladies sur le thème «Vivre et 'soigner' la vieillesse dans le monde» (Genes 11-16 mars 2002).[JE CROIS QU'IL EST SORTI]

Nutrition et Gastronomie — Ambiguïté du comportement alimentaire, Université St Martin de Porres, Lima, Pérou.

Food in the Agrarian and Initiation Rituals of the Muzey, Cameroon, 25th ICAF conference « Food and Ritual », Barsana, Romania, 5-9 October 2007

Colección
Estudios del Hombre

Director: Ricardo Ávila

Comité Editorial

Patricia Arias	Universidad de Guadalajara, México
Maurice Aymard	Écoles des Hautes Études en Sciences Sociales, Francia
Francisco Barbosa	Universidad de Guadalajara, México
Gerardo Bernache	CIESAS Occidente, México
Avital Bloch	Universidad de Colima, México
Jean Brunet	Universidad de Guadalajara, México
Tomás Calvo Buezas	Universidad Complutense de Madrid, España
Daria Deraga	Instituto Nacional de Antropología e Historia, México
Frédéric Duhart	École des Hautes Études en Sciences Sociales, Francia
Andrés Fábregas Puig	Universidad Intercultural, Chiapas, México
Rodolfo Fernández	Instituto Nacional de Antropología e Historia, México
Dominique Fournier	Centre National de la Recherche Scientifique, Francia
Isabel González Turmo	Universidad de Sevilla, España
María del Pilar Gutiérrez	Universidad de Guadalajara, México
Francisco Hernández Lomelí	Universidad de Guadalajara, México
Annie Hubert†	Centre National de la Recherche, Francia
Lothar G. Knauth	Universidad Nacional Autónoma de México
Daniel Lévine	Université de Paris, Francia
Eduardo López Moreno	ONU-HABITAT, Kenia
F. Xavier Medina	Universitat Oberta de Catalunya, España
Hilda Morán Quiroz	Universidad de Guadalajara, México
Joseph B. Mountjoy	Universidad de Guadalajara, México
Guillermo de la Peña	CIESAS Occidente, México
Américo Peraza	Universidad de Guadalajara, México
Carmen Ramos	CIESAS México
Eduardo Santana	Universidad de Guadalajara, México
Otto Schöndube	Instituto Nacional de Antropología e Historia, México
Gabriela Uruñuela	Universidad de las Américas, Puebla, México
Francisco Valdez	Institut de Recherche pour le Développement, Francia
Rosa Yáñez	Universidad de Guadalajara, México

Para mayores informes, favor de dirigirse a:

Estudios del Hombre
Universidad de Guadalajara
Teléfonos: (33) 3826 9820 y 3819 3365
Correo electrónico: dhombre@csh.udg.mx

Antropología de la alimentación
se terminó de editar en marzo de 2016 en Editorial
Página Seis, SA de CV
Teotihuacan 345, Ciudad del Sol, 45050, Zapopan, Jal.
Tels. (33) 3657-3786 y 3657-5045
www.pagina6.com.mx • p6@pagina6.com.mx
Tiro de un ejemplar.

La edición estuvo a cargo de Bárbara Gama y Ricardo Ávila.
Asistencia de Altagracia Martínez Méndez.
En la diagramación, cuidado editorial y diseño participaron
Felipe Ponce, Mónica Millán, Javier Bella, David Pérez y Miguel Guzmán.

Los alimentos y sus muy variadas formas de consumo están presentes en todo el ciclo vital de los hombres. Constituyen el centro de expresiones biológicas, ecológicas, nutricionales —con efectos sanitarios positivos y negativos—, psicológicas, así como culturales, tanto de índole material como simbólica. La importancia de la alimentación es tal que se halla presente en todos los ámbitos de acción y expresión humanas. Por ello Marcel Mauss se refirió a ésta como un hecho cultural total.

Una de las personalidades que más ha destacado en el campo de la antropología de la alimentación durante los últimos años es sin duda Igor de Garine. Con más de medio siglo de trabajo de terreno en diversos lugares de África, América Latina, Asia, Polinesia y Europa, este etnólogo francés ha forjado, además de sus múltiples reportes y filmes etnográficos, una amplia y profunda reflexión sobre la alimentación del animal humano. Además, creó e impulsó la Comisión Internacional de Antropología de la Alimentación, ente científico de la IUEAS.

Los textos selectos de Igor de Garine que conforman este libro se sitúan en la confluencia interactiva de la naturaleza y la cultura; es ahí donde mejor se aprecia —a decir de él mismo— la complejidad y riqueza del fenómeno alimentario. En el contexto de esa interface, este autor analiza las dietas de los grupos humanos, su adaptación biológica y ecológica, así como el bienestar o malestar psico-cultural que éstas les provocan. También trata la cuestión alimentaria desde de la perspectiva de la autenticidad alimentaria —en este caso el de la llamada «dieta mediterránea»— y la de las formas de beber entre los masa de Camerún. Asimismo, discute el tema alimentario desde la perspectiva pluridisciplinaria y aborda el de la pesquisa etnográfica desde su perspectiva metodológica.

Universidad de Guadalajara
Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades
Departamento de Estudios Mesoamericanos y Mexicanos